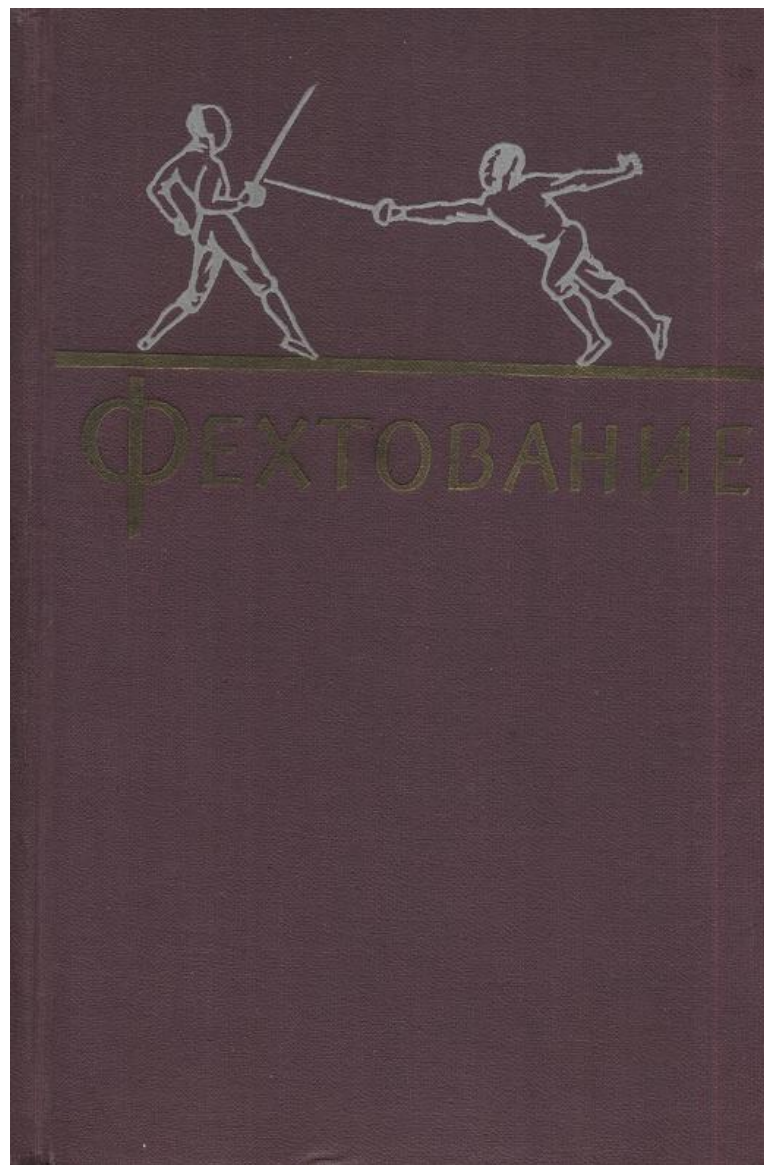


VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM



ФЕХТОВАНИЕ

Под общей редакцией В. А. АРКАДЬЕВА

Допущено
Центральным Советом Союза спортивных обществ и организаций СССР
в качестве учебника для институтов физической культуры

Государственное издательство
«ФИЗКУЛЬТУРА и СПОРТ»
Москва 1959

ПРЕДИСЛОВИЕ

Настоящий учебник написан для студентов институтов физической культуры, изучающих курс фехтования.

Учебник создан на основе обобщения учебно-спортивной работы кафедр фехтования институтов физической культуры в Москве, Ленинграде и Львове, а также опыта ведущих советских мастеров фехтования и тренеров. В книге нашли отражение передовые прогрессивные идеи и методы, имеющиеся в зарубежной учебной литературе и в практике по фехтованию.

Разделы фехтования, которые подробно освещены в каких-либо учебных пособиях, официальных правилах соревнований и справочниках, в настоящем учебнике затронуты лишь в той мере, какая была необходима при изложении основного материала предмета. На эти пособия и правила сделаны в соответствующих местах ссылки, что позволило несколько сократить объем книги.

Над созданием учебника работала авторская бригада, члены которой, кроме непосредственного написания отдельных глав и разделов, принимали участие и в обсуждении других глав и учебника в целом.

Главы I и IX написаны В. Андриевским; II, III, V, VI, VIII и раздел «Тактическая подготовка» в IX главе — В. Аркадьевым, VII — А. Пономаревым, IV — А. Пономаревой и В. Аркадьевым.

Глава I. ФЕХТОВАНИЕ В СОВЕТСКОЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

ЗНАЧЕНИЕ И МЕСТО ФЕХТОВАНИЯ В СОВЕТСКОЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Фехтование — один из многочисленных видов спорта, распространенных в Советском Союзе. В основе фехтования лежит спортивное единоборство на одном из принятых видов спортивного холодного оружия.

Правильно организованные занятия фехтованием, в которых, кроме специальной подготовки, разрешаются и общие задачи улучшения состояния здоровья и физических, моральных и волевых качеств, являются эффективным средством физического воспитания и развития человека.

В фехтовании повышаются быстрота, ловкость, сила и воспитываются важнейшие психические качества — воля, самообладание, инициативность, уверенность, сообразительность. Это позволяет ставить фехтование как спорт в ряд ценнейших для формирования навыков и качеств, нужных в трудовой и оборонной деятельности.

Регулярные тренировки и участие в спортивных соревнованиях по фехтованию развивают и воспитывают: способность к быстрой оценке технических и тактических возможностей противников и в связи с этим и своих; повышенную остроту, точность и быстроту зрительных восприятий и двигательных реакций; тонкую проприоцептивную и тактильную чувствительность; общую и специальную выносливость к преодолению больших и длительных физических и психических напряжений.

Специальные исследования, проведенные в учебных и научно-исследовательских институтах физической культуры, выявили острое влияние фехтования на различные системы организма, и особенно на центральную нервную систему. Эти исследования доказали, что систематические занятия фехтованием положительно влияют на увеличение подвижности основных нервных процессов (лабильность ЦНС), на улучшение реакций на простые и сложные раздражители, на быстроту реагирования и ориентировки, на быстроту образования условнорефлекторных связей, восстановительных процессов и пр. Фехтовальщики дают в этих исследованиях лучшие показатели, чем большинство представителей других видов спорта. Молодежи импонируют быстрота, ловкость, сообразительность, инициативность, поэтому фехтование завоевывает все большую популярность и привлекает к занятиям значительное количество желающих. Этому содействует растущий авторитет ваших фехтовальщиков на международной арене, где они с каждым годом добиваются все больших успехов.

Перед советским фехтованием стоят ответственные задачи широкого привлечения к занятиям юношей и девушек и на этой базе постоянного повышения спортивного мастерства, совершенствования методики обучения и тренировки и глубокой разработки теории фехтования.

Воспитательное значение фехтования состоит, прежде всего, в специфике этого спорта и в необходимости развития ряда важнейших морально-волевых качеств. Овладение специальными техническими навыками требует внимания, сообразительности, сосредоточенности, ловкости «точности». Правила соревнований предъявляют большие требования к каждому движению и заставляют фехтовальщика строго относиться даже к незначительным отклонениям в технике, которые могут повлечь за собой поражение. Важное значение имеет правильная манера боя и всего поведения на соревнованиях, что накладывает отпечаток требовательности и контроля на весь тренировочный процесс. Необходимость внимательной оценки поведения и действий различных противников развивает наблюдательность и находчивость. В бою оказывается сильнее тот, кто сумеет захватить инициативу, действовать быстро и уверенно и правильно реагировать на постоянно изменяющуюся обстановку.

Необходимо воспитывать у фехтовальщика способность к преодолению трудностей, постоянно возникающих в тренировке, и особенно в острой борьбе с равными или даже более сильными соперниками. Нужно уметь объективно оценивать успехи и неудачи, не зазнаваться при успехах и не разочаровываться при неудачах, черпая в том и другом случае новые стремления к совершенствованию. Для этого нужно быть трудолюбивым, настойчивым, целеустремленным и организованным.

Разнообразные формы работы фехтовальщиков в обучении и тренировке, необходимость выполнять индивидуальные задания, зависимость результата коллектива фехтовальщиков от персонального успеха каждого (при командных встречах) развивают чувство товарищества, взаимной выручки и коллективизма. Воспитанию помогают также знания вопросов теории, истории, методики фехтования и других предметов, которые сообщаются во время занятий и в специальных беседах. Эти знания расширяют кругозор по общим и

специальным вопросам. Воспитательное значение фехтования еще более усиливается применением индивидуального подхода и воздействия тренера в тренировочной работе, где приходится большое внимание уделять занятиям с каждым фехтовальщиком отдельно.

Фехтование имеет и **оздоровительное значение**, осуществляемое через средства самого фехтования и других видов спорта, которыми должны заниматься фехтовальщики для улучшения состояния здоровья и развития специфических физических качеств. Фехтование особенно сильно действует на обмен веществ, повышает жизненный тонус, хорошо влияет на костно-связочный и мышечный аппарат.

В ряде случаев фехтование может быть использовано как специальное средство для предупреждения отклонений в деятельности организма, как лечебное средство при вялости, ожирении, плохом обмене веществ, некоторых искривлениях позвоночника (сколиозы).

Спортивное фехтование в наше время утратило непосредственное **прикладное значение**, так как движения фехтовальщика не имеют прямой связи с боевыми и трудовыми движениями, а спортивное оружие мало похоже на боевое.

Однако способность к выполнению разнообразных точных движений в часто меняющейся обстановке тренировки и боя, необходимость осуществлять свои замыслы в борьбе с помощью оружия вполне заслуживают того, чтобы характеризовать фехтование как вид спорта, дающий ценные прикладные навыки и умения, что особенно важно в наше время сложной машинной техники. Качества, развиваемые фехтованием, безусловно, имеют прикладное значение.

Постепенно возрастает **спортивное значение** фехтования. Уже в конце прошлого столетия фехтование сложилось как самостоятельный вид спорта и сейчас занимает прочное место в программах различных спортивных соревнований на спартакиадах, мировых олимпиадах, международных спортивных играх молодежи и студентов и на многочисленных турнирах в Советском Союзе и за границей.

В нашей стране проводится большое количество состязаний по фехтованию для юношей и взрослых: классификационные соревнования, первенства городов, республик, спортивных обществ, розыгрыши специальных призов, кубков, всесоюзные первенства по территориальному или ведомственному принципу, различные турниры между командами городов и республик, посвященные знаменательным датам и т. д.

С 1951 г. советские фехтовальщики начали принимать участие в международных соревнованиях. В 1952 г. Всесоюзная секция фехтования вошла в состав Международной федерации фехтования (ФИЭ). С тех пор наши фехтовальщики выступают во всех крупнейших международных (соревнованиях, первенствах мира среди молодежи и для взрослых, выезжают на традиционные турниры в разные страны и своими все более высокими результатами укрепляют спортивный авторитет нашей Родины, устанавливают международные связи, активно участвуют в конгрессах Международной федерации фехтования. Сейчас в рядах советских фехтовальщиков уже есть призеры и чемпионы мировых первенств как в личных, так и в командных и даже общекомандных соревнованиях.

Спортивные соревнования имеют громадное значение для популяризации фехтования и привлечения широкого круга молодежи и юношества к регулярным занятиям этим видом спорта. Все шире распространяется фехтование в республиках страны. Среди сильнейших фехтовальщиков встречаются не только представители столицы нашей Родины Москвы, Ленинграда, но и Риги, Тбилиси, Еревана, Львова, Саратова, Минска, Смоленска, Таллина, Горького и других городов. Борьба на соревнованиях все более обостряется, становится все интереснее и сложнее, что говорит о громадных людских резервах, имеющихся в советском фехтовании.

Фехтование не требует специальных физических данных для начала занятий (большая физическая сила, высокий рост и пр.), и этим объясняется его доступность. Заниматься фехтованием может каждый желающий при нормальном состоянии здоровья. Учиться фехтовать можно с раннего возраста и продолжать занятия до преклонных лет, сохраняя при этом хорошую работоспособность, а в ряде случаев и неплохие спортивные результаты. Многие наши фехтовальщики, начавшие заниматься в возрасте 12—14 лет, к 18—20 годам добились высоких результатов не только в отечественных, но и в международных соревнованиях (А. Забелина, М. Мидлер, В. Черников, Б. Хабаров, Г. Свешников, Ю. Осипов, В. Жданович, Е. Череповский, Е. Рюмин, В. Прудскова, Г. Горохова, В. Киселева, У. Мавлеханов, Л. Кузнецов и др.). Вместе с тем старейшие советские фехтовальщики, часть из которых была лучшими еще в дореволюционной России, успешно занимались фехтованием и выступали в соревнованиях в весьма солидном возрасте — старше 50 лет (Т. Климов, В. Захаров, П. Заковорот, Я. Гремзде, П. Малахов, Л. Монахов, В. Аркадьев и др.). Хорошее тактическое мышление, большой опыт, прочно установившаяся техника владения оружием позволяли им надолго продлить деятельную спортивную жизнь.

Больше всего распространено фехтование среди студентов. Почти все высшие учебные заведения сейчас имеют секции фехтования, что в значительной степени объясняется включением фехтования в программы спартакиад вузов. Важную роль играет фехтование в работе спортивных обществ. Особенно широкое развитие получил этот вид спорта в таких коллективах как «Буревестник», «Спартак», «Динамо», «Трудовые резервы», «Локомотив», в спортивных клубах Советской Армии, профсоюзных республиканских спортивных обществах «Авангард», «Труд», «Энбек», «Даугава», «Жальгирис», «Калев» и др. Многие из этих коллективов имеют детские, юношеские спортивные школы и отделения фехтования. Солидное место занимает фехтование в системе спортивных школ органов народного просвещения. Все эти организации предоставляют для занятий специальные залы, инвентарь, квалифицированных тренеров, делая фехтование доступным для большого круга желающих.

ФЕХТОВАНИЕ КАК НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ ДИСЦИПЛИНА

Фехтование, как и другие виды спорта, нуждается в научной разработке вопросов теории, методики и

организации. Основное значение при этом имеет изучение и обобщение передового практического опыта лучших тренеров и фехтовальщиков. Теория фехтования должна помогать решению вопросов наиболее рациональной методики обучения и быстрейшего достижения высоких и устойчивых результатов. При проведении научно-исследовательской работы над различными вопросами теории фехтования используются данные специальных исследований, проводимых учеными в области педагогики, психологии, физиологии, врачебного контроля, гигиены, анатомии и других наук.

Научные данные позволяют познавать законы формирования спортивных двигательных навыков, особенности мышления во время тренировки и соревнований; определять наиболее рациональные формы и методы воспитательной работы; определять влияние фехтования на системы организма; устанавливать наиболее рациональные методы проведения занятий с фехтовальщиками разных разрядов; использовать предшествующий и современный опыт и на основании всего этого совершенствовать методику обучения и тренировки.

Научно-исследовательской работой в области фехтования занимаются главным образом научные сотрудники и квалифицированные преподаватели научно-исследовательских и учебных институтов физической культуры. Их работы относятся к исследованиям: анализа техники и методики обучения; формирования двигательных навыков; энергетических затрат в фехтовании; динамики физического развития под влиянием фехтования; динамики психических процессов фехтовальщиков и др. Можно назвать ряд научных работников, которые на протяжении длительного времени занимаются вопросами теории фехтования: А. Пуни, И. Бойченко, Т. Третилова, В. Андриевский, Л. Голодая, В. Аркадьев, В. Келлер и др.

Для лучшей организации учебной, тренировочной и воспитательной работы с фехтовальщиками разрабатываются учебные планы, программы, планы спортивно-массовых мероприятий, работы со сборными коллективами, улучшаются правила соревнований, спортивная классификация, готовятся и издаются специальные пособия.

ВИДЫ ФЕХТОВАНИЯ, СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ, СОРЕВНОВАНИЯ

В процессе исторического развития фехтования определились отдельные виды его, отличающиеся друг от друга видом спортивного оружия, техникой и тактикой приемов и действий, правилами соревнований. В настоящее время фехтование проводится на четырех видах оружия — на рапирах, шпагах, саблях и карабинах с эластичными штыками. По этим же видам фехтования в нашей стране проводятся спортивные соревнования; в практике международных соревнований фехтование на штыках не проводится.

Каждому фехтовальщику, в зависимости от его подготовленности и результатов, показанных в официальных соревнованиях, присваивается определенный спортивный разряд. Единая всесоюзная спортивная классификация устанавливает нормативные показатели, которые должны быть выполнены в том или ином виде фехтования для присвоения того или иного разряда. Это стимулирует рост спортивного мастерства и ставит перед фехтовальщиком все новые цели для достижения. Установлена следующая классификация спортсменов-фехтовальщиков: мастер спорта СССР, первый, второй, третий разряды, юношеские разряды — первый и второй (Единая всесоюзная спортивная классификация. ФиС, 1959.).

По фехтованию организуются и проводятся разного рода соревнования, предусматривающие разделение: по разрядам (классификационные), видам оружия, возрасту (юношеские и для взрослых), полу (для мужчин и женщин) и по характеру (личные, командные). При этом руководствуются официальными правилами соревнований, действующими на территории Советского Союза (Фехтование. Правила соревнований. ФиС, 1959.).

За высокие результаты, показанные в соревнованиях, спортсмены награждаются специальными жетонами трех степеней, а за победу в первенстве страны званием чемпиона СССР, золотой медалью и почетной майкой с гербом Советского Союза. За особо высокие спортивные достижения в крупнейших международных состязаниях (первенство мира, мировые олимпиады) фехтовальщики могут награждаться почетным званием «Заслуженный мастер спорта СССР» по фехтованию. За выдающиеся заслуги в развитии теории фехтования, подготовке мастеров апорта и фехтовальщиков из молодежи лучшим тренерам присваивается почетное звание «Заслуженный тренер СССР».

РУКОВОДСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ

Первичным звеном в организации учебно-тренировочной работы является секция фехтования коллектива учебного заведения, учреждения, предприятия во главе с тренером, проводящим занятия. Руководство секцией осуществляет бюро, избираемое общим собранием фехтовальщиков и работающее в контакте с тренером. В обществах, имеющих несколько низовых коллективов, может создаваться центральная секция, объединяющая сильнейших фехтовальщиков. Лучшие спортсмены города или общества составляют сборные коллективы, собирающиеся периодически для специальной подготовки к соревнованиям с коллективами других организаций. В юношеских спортивных школах учебно-тренировочная работа проводится по специальным учебным программам.

Высшим органом руководства и контроля за работой по всем видам спорта является **Союз спортивных обществ и организаций СССР**; для непосредственной работы по фехтованию в аппарате Союза спортивных обществ имеется специальный **отдел фехтования**.

Высшим **общественным органом** руководства фехтованием является Федерация фехтования, которая избирается на всесоюзной конференции. Члены Федерации возглавляют комиссии: спортивную, учебно-методическую, классификационную, по работе среди детей, по оборудованию и инвентарю, организационно-массовую.

В задачи бюро Федерации входит:

- общественный контроль за учебно-спортивной и организационно-методической работой по фехтованию;
- руководство деятельностью нижестоящих республиканских секций фехтования;
- организация и проведение совещаний и конференций специалистов и судей по фехтованию по организационным и методическим вопросам;
- распространение опыта лучших коллективов, тренеров и спортсменов;
- разработка правил соревнований, программ, инструкций, календарных планов, методических писем и других документов;
- подготовка и помощь в проведении крупных спортивно-массовых мероприятий и международных соревнований;
- консультация и помощь в производстве специального инвентаря и оборудования для занятий фехтованием;
- обсуждение кандидатов, представленных для присвоения им званий «Мастер спорта СССР» и судья всесоюзной категории, а также кандидатов в сборную команду Советского Союза;
- руководство работой президиума Всесоюзной коллегии судей, который подчинен бюро Всесоюзной федерации.

При бюро Всесоюзной федерации организуется **тренерский совет**, который включает наиболее квалифицированных специалистов по фехтованию и занимается вопросами методики обучения и тренировки, организации и планирования работы сборных команд, контроля над работой тренеров в крупных коллективах.

Соответственно сказанному выше организуется руководство работой по фехтованию в республиканских, областных, городских секциях фехтования.

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ

Подготовка квалифицированных специалистов по фехтованию осуществляется в институтах физической культуры по особой государственной программе. Преподавателей и тренеров готовят также в школах тренеров и на специальных курсах и семинарах. Подготовка научных кадров производится через аспирантуру учебных и научно-исследовательских институтов. Выпускники институтов ведут работу по фехтованию в учебных заведениях, спортивных обществах, юношеских группах, сборных коллективах.

Курсы и семинары проводятся для повышения квалификации тренеров, а также для подготовки из наиболее квалифицированных спортсменов **инструкторов-общественников** для помощи тренеру или для проведения самостоятельных занятий в низовом коллективе в свободное от своей основной работы время.

Повышение научно-педагогической квалификации осуществляется через **специальные курсы**, организуемые на базе лучших институтов физической культуры, а также путем созыва **научно-методических конференций** тренеров и преподавателей фехтования. На конференциях заслушиваются доклады и проводятся дискуссии по вопросам современного состояния техники, тактики, организации, планирования методики тренировки и обучения и т. п. Здесь же в результате обмена мнениями устанавливаются единые взгляды на принципиально важные вопросы.

На конференциях также осуществляется связь с научными работниками, проводящими исследования в области физического воспитания и спорта, и в частности фехтования. Специалисты по фехтованию углубляют свои знания по вопросам физиологии, психологии, гигиены, врачебному контролю над фехтовальщиками, делятся практическим опытом, ставят перед научными работниками новые задачи практической помощи в деле развития теории фехтования.

Советские фехтовальщики благодаря неустанной заботе партии и правительства об улучшении благосостояния народа и повышении уровня культурной жизни имеют все возможности для постоянного роста массовости и спортивных достижений во славу Родины.

Глава II. КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ ИЗ ИСТОРИИ ФЕХТОВАНИЯ

ФЕХТОВАНИЕ В ДРЕВНОСТИ

Борьба первобытного человечества с природой за свое существование, а позднее непрерывные захватнические и оборонительные войны, которыми насыщена история народов древнего мира, были причинами возникновения, усовершенствования холодного оружия и развития искусства владения им. Жизнь племени, города, страны зависела в те времена в большой мере от умения воинов и всего населения владеть холодным оружием.

Обучение детей и юношества искусству владения холодным оружием и постоянные упражнения взрослых в этом искусстве были предметом большого внимания и неустанных забот общества.

Это нашло свое отражение в физической культуре, в бытовых и религиозных обрядах, в изобразительном искусстве, в фольклоре и литературе народов древнего мира.

Различные памятники древнего мира рассказывают нам о вооружении древних воинов, о приемах владения холодным оружием и о состязаниях в фехтовании, история которого уходит в глубину древних веков.

Так, например, в ананских сказаниях говорится о распространенном среди этой народности фехтовании на коротких палках. Известно изречение древнеримского историка Вегеция: «Ждать победы нужно не от количества солдат, но от их знаний и умения владеть оружием».

В самые отдаленные периоды существования человека оружие охоты и оружие войны, царившей между племенами, не имело существенных различий. Постепенно появилось и холодное оружие, специально

предназначенное для ведения войны. Исторические памятники дают богатый материал о видах холодного оружия, применявшегося в древние века народами, населявшими территорию СССР. Народы среднего Урала во второй половине второго тысячелетия до нашей эры выделывали из бронзы наконечники стрел, копий, дротиков и кинжалы.

Среди предметов, найденных при раскопках скифских курганов, относящихся к VI в. до нашей эры, встречаются: обоюдоострые мечи с заостренным концом, с небольшой перекладиной — крестовиной или без нее; кинжалы, по форме подобные мечам, щиты, боевые топоры, копья, металлические шлемы.

У народов Запада в древние века в качестве оружия при ближней схватке был распространен меч. Народы стран древнего Востока применяли, главным образом, оружие типа современной сабли, что было связано с преобладанием у них конных войск. На Руси пользовались и мечами и саблями.

Защитными приспособлениями воинов древнего мира являлись щиты разных форм, размеров и материала (деревянные с кожаной обшивкой, деревянные с металлической обивкой, чисто металлические), специальная одежда и металлические шлемы.

Кроме меча, сабли и щита, в древние века было распространено метательное оружие: бумеранг, копье, дротик, лук и стрелы и др. Однако для возникновения фехтования главное значение имело холодное оружие — меч и сабля, применяемое в ближнем бою.

Мечи, применявшиеся в древние века народами, жившими «а территории СССР, греками и римлянами, имели большое сходство между собой. Это были одноручные, обоюдоострые, т. е. отточенные с двух сторон, полосы металла, имевшие плоское ромбовидное сечение. Длина металлической полосы была различная. Русский меч отличался наибольшей длиной (100 см), затем шел римский меч (до 70 см) и, наконец, греческий (до 50 см). Слегка уплощенные, длиной примерно 10 см, рукоятки мечей были прямыми и заканчивались утолщением. Со стороны клинка у рукоятки имела перекладина-крестовина, которая защищала вооруженную руку от ударов. Ширина лезвий мечей равнялась 4—5 см. У русского и римского мечей конец был хорошо заострен, а у греческого — закруглен, что объясняется незнанием греками способов закаливания стали.

Судя по массивности оружия, по применению пешими воинами древних веков щитов, шлемов и специальной одежды, можно заключить, что техника владения холодным оружием в то время отличалась широкими размахистыми движениями вооруженной руки. Боевая стойка левым боком к противнику обуславливалась держанием в левой руке щита, за которым воин старался скрыть большую часть своего тела.

Приемы нападения мечом состояли из рубящих ударов и уколов. Греческие воины применяли, ввиду отсутствия у их Мечей заостренного конца, только рубящие удары. Римские воины с успехом противопоставляли грекам укол. Преимущество укола перед ударом состояло в том, что при его выполнении на замахе не было необходимости открывать вооруженную руку и правый бок, что приходилось делать на замахах мечом при рубящих ударах по голове и правому боку. Массивные шлемы раньше других частей защитной одежды стали изготавливаться из металла, что говорит о применении воинами преимущественно рубящих ударов по голове. Однако рубящие удары и уколы мечом наносились и в другие части тела противника. Следует учесть, что не всегда бои происходили только между двумя воинами. Часто в сражении один воин отбивался от нескольких противников. Это требовало своеобразных приемов защиты и нападения. Если движения рубки головы, правого и левого бока в бою двух противников того времени имели грубое (схематическое) сходство с техникой одноименных рубок при современном фехтовании на саблях, то уколы были очень своеобразны. Надо полагать, что они наносились с замахом либо снизу и сверху щита, либо справа и слева от него.

Несмотря на то, что воины древних веков имели высокую, для условий того времени, технику владения холодным оружием, ее нельзя поставить в сравнение с техникой современного фехтования на чрезвычайно легком спортивном оружии. Воин древнего мира должен был обладать большой физической силой, ловкостью и выносливостью. Эти качества вырабатывались неустанными упражнениями в беге, прыжках, метаниях, плавании, приемах владения холодным оружием и других навыках в умышленно затрудненных условиях с целью физического воспитания и боевой подготовки.

В период первобытнообщинных отношений физическая культура народов, населявших территорию СССР, носила общенародный характер и служила средством подготовки населения к трудовой и оборонительной деятельности. Позднее, с развитием производительных сил общества, появилась частная собственность на средства производства и обусловленная этим эксплуатация человека человеком. Родоплеменная знать использовала физическую культуру для порабощения народа и подготовки людей к захватническим войнам.

У скифских племен, кочевавших по территории СССР, отличавшихся воинственностью и прекрасным владением холодным оружием, к VII в. до нашей эры были распространены короткие мечи, медные топоры, луки и щиты. Апполинарий Сидоний — римский писатель V в. нашей эры писал об этих племенах: «У них страшные и верные руки, наносящие меткими копьями неизбежную смерть, и ярость, умеющая разить непогрешимыми ударами». Обучение приемам владения холодным оружием у скифов являлось составной частью хорошо организованного военно-физического воспитания всего племени. В родственном скифам племени сарматов искусно владели мечам не только мужчины, но и женщины. Сарматы особое внимание уделяли в военно-физической подготовке навыку ведения открытого рукопашного боя.

У славян с самых отдаленных времен были распространены состязания в искусстве владения холодным оружием как пеших, так и конных воинов.

У восточных славян, отличавшихся могучим телосложением, отвагой, выносливостью, смелостью свободолубием, превосходным владением холодным оружием и тактикой открытого рукопашного боя, к VIII в. нашей эры физическое воспитание носило всеобщий, народный характер. Обучение приемам владения холодным оружием было также одной из задач всеобщей военно-физической подготовки.

Среди игр и разнообразных физических упражнений у славян имели место палочные бои (фехтование на палках). Подобно кулачным боям, палочные бои происходили между отрядами («стенка на стенку»), комплектовавшимися по возрастам: 13—16 лет, 17—19 лет, 20—24 года, 25 лет и старше. По словам Белинского, в забавах и играх русского народа отражались «простодушная суровость его нравов, богатырская сила и широкий размах его чувств».

Постепенно владение холодным оружием стало привилегией имущих классов и их наемных войск. Основная же масса населения употребляла для охраны своей жизни и имущества палки и дубины (палицы), носившие на Руси название шелепуг (шалыг) подорожных.

Среди неимущих в странах древнего Запада было распространено фехтование на палках, а фехтование на холодном оружии стало классовой привилегией рабовладельцев и позднее феодалов и их наймитов. Изображение воинов, вооруженных палками, встречается и на памятниках древнего Египта.

В Грузии, которая вела I—II вв. до нашей эры постоянные наступательные и оборонительные войны, система военно-физического воспитания включала в себя упражнения с холодным оружием. Наряду с этими и другими физическими упражнениями было широко распространено фехтование. Практиковались поединки, подобные возникшим в средние века рыцарским турнирам.

У горцев в этот период сохранился первобытнообщинный строй и физическое воспитание, в которое входило фехтование, носило общенародный характер.

В древнем Китае обучение приемам владения холодным оружием проходило под непосредственным руководством отца путем беспрекословного подражания сыном всем действиям отца. В Индии воспитание знатной молодежи и обучение ее навыкам владения холодным оружием было целиком сосредоточено в руках предводителей каст—браминов. В Иране мальчики после 7-летнего возраста воспитывались в общественных школах, где и проходили курс владения холодным оружием. К 15 годам воспитание заканчивалось, и юноши начинали нести службу охраны.

Воспитание юношества Спарты носило ярко выраженный военный характер. С раннего детства мальчики богатых классов воспитывались в общественных учреждениях, где наряду с другими физическими упражнениями усваивали навык владения холодным оружием.

В Афинах самостоятельным предметом воспитания подрастающего поколения была военная гимнастика, которой занимались мальчики и юноши в гимназиях. В древнем Риме юноши до 16 лет воспитывались родителями. С 15 лет они особо тщательно упражнялись в боевых приемах с оружием и с 16-летнего возраста поступали в военные лагеря, где наряду с другими физическими упражнениями занимались усовершенствованием навыка владения холодным оружием. В литературе эти упражнения носят название фехтования. Упражнения в фехтовании заключались в выполнении приемов рубящих ударов и уколов по столбу, врытому в землю. В качестве оружия для этих упражнений применялись деревянные мечи и палки. Подобным же образом тренировались в искусстве владения холодным оружием и взрослые римские воины.

Необходимо отметить, что все сказанное выше о Китае, Индии, Персии, Спарте, Афинах и Риме относится к воспитанию подрастающего поколения зажиточных классов. Среди трудового населения имели распространение игры и состязания, сложившиеся в эпоху первобытнообщинного строя, в числе которых было упомянутое выше фехтование на палках.

Уже в древние века у различных народов устраивались состязания во владении холодным оружием. Древнегреческий поэт Гомер в своем произведении «Илиада» описывает такие состязания следующим образом:

*«В бранный облекшись доспех, ополчившись пронзительной медью,
Выйти один на один и померить их мощь перед народом,
Кто у кого скорее пронзит благородное тело
И сквозь доспехи коснется и членов и крови багряной
Тот победитель».*

Как видно, состязания эти не обязательно кончались смертельным исходом. Условием победы было касание тела или легкое ранение. Однако трудно предполагать, что подобные состязания проходили без значительных травм.

Оружием для состязаний служили пики без наконечников, тупые мечи, щиты.

В древнем Риме состязания на холодном оружии между гладиаторами были излюбленным развлечением народа, падкого в период разложения римской империи до кровавых зрелищ. Традиция устройства таких состязаний была заимствована римлянами у этрусков, которые их устраивали во время похорон между ближайшими родственниками умершего. Первый такой поединок в Риме произошел в 264 г. до нашей эры между двумя братьями по случаю смерти их отца. Позже появилась специальная каста гладиаторов — людей, ремеслом которых были состязания на холодном оружии. Эти состязания в ряде литературных источников носят название состязаний по фехтованию. Гладиаторы вербовались главным образом из рабов и лиц, не имеющих определенных занятий. Особое распространение гладиаторские бои, устраиваемые по различным поводам, получили в годы распада римской империи. К этому времени относится организация специальных гладиаторских школ. Предприниматели поставляли гладиаторов из этих школ устроителям кровавых зрелищ за особую плату. Жизнь гладиатора целиком принадлежала предпринимателю.

Обучение гладиаторов искусству ведения боя на холодном оружии и упражнения в этом искусстве происходили под руководством учителей фехтования. Первоначальное обучение гладиаторов проводилось на палках, которыми они учились наносить удары и уколы по мишеням. Следующим этапом обучения было

фехтование на тупом оружии. Кроме кинжалов и мечей, оружием, на котором сражались гладиаторы, служили трезубец, сеть, копье.

В состязаниях гладиаторов часть времени отводилась на фехтование тупым оружием или боевым оружием с надетыми на него кожаными чехлами. После такого выступления подавался знак и гладиаторы переходили к бою на боевом оружии. Бой гладиаторов в большинстве случаев кончался смертью одного из двух сражающихся. Толпа зрителей решала, путем особой формы голосования, судьбу побежденного. Увлечение гладиаторскими боями и другими дикими зрелищами к началу нашей эры приняло характер всеобщего психоза. Так, Троян праздновал свою победу 123 дня, в течение которых в гладиаторских поединках участвовало 10 000 человек. Кроме гладиаторских состязаний, в древнем Риме проводились среди юношества, принадлежавшего к аристократии, традиционные игры под названием троянских игр, представлявших собой состязания в кавалерийских упражнениях в сочетании с метанием короткого копья и стрел.

Традиции гладиаторских боев и троянских игр были воспроизведены позже рыцарством в своеобразной для средневековья форме, описанной ниже.

Таким образом, в древние века обучение приемам владения и фехтованию на холодном оружии в странах Запада, с одной, стороны, использовалось для военно-физической подготовки армии правящего класса рабовладельцев, а с другой — превратилось в кровавые гладиаторские состязания. У восточных славян фехтование на холодном оружии и состязания в палочных боях служили одним из средств общенародной военно-физической подготовки и носили, следовательно, более прогрессивный характер.

ФЕХТОВАНИЕ В СРЕДНИЕ ВЕКА

Феодалные общественные отношения, прочно установившиеся на Руси ко второй половине XI в. нашей эры, наложили свою печать на физическую культуру, которая все больше стала распадаться на физическую культуру широких народных масс и физическую культуру феодальной знати.

Древнейшей формой самобытного физического воспитания у восточных славян были «игрища», которые сохранились и в период феодализма.

Наиболее передовой системой военно-физической подготовки в средние века была самобытная система в Киевской Руси. Будучи органически связана с традициями русской народной физической культуры¹, эта система обеспечивала успешную борьбу мирного народа с иноземными захватчиками. Активными участниками этой борьбы были широкие народные массы — народное ополчение. Среди народа и феодальной знати в XI—XIII вв. бытовали различные состязания во владении холодным оружием, фехтование на палках, «конские ристания». Искусство владения холодным оружием и верховой езды было отличительной чертой русского воинства. Тактика военных состязаний и фехтования соответствовала тактике русского открытого, честного рукопашного боя.

Н. Г. Чернышевский писал об исторической миссии русского народа: «Нет, не завоевателями и грабителями выступают в истории политической русские, как гунны и монголы, а спасителями от ига монголов, которое сдержали они на мощной вые своей, не допустив его до Европы».

Украинский народ также создал свою самобытную систему военно-физического воспитания. Искусство владения холодным оружием и фехтование являлись важнейшими средствами подготовки украинских казаков в Запорожской Сечи.

В Грузии, достигшей к XII в., в эпоху Руставели, особого расцвета культуры, в том числе и физической культуры, широкое распространение среди феодальной знати и всего населения имели фехтование и ристальные игры. Среди народа бытовал и бытует в настоящее время в несколько измененной форме особый вид фехтования на мечах — «парикаоба», во время которого применялся небольшой круглый щит. Кроме парикаоба, народы Грузии любили фехтовальные соревнования «салдасти» — бой на игрушечных пращах и деревянных саблях.

Холодное оружие, известное еще с древности, в средние века значительно видоизменилось. Изменились и защитные приспособления и одежда воинов. В России, непрерывно отражавшей набеги кочевников с Востока и нападения псов-рыцарей с Запада, были созданы разнообразные виды холодного оружия, которые с успехом противопоставлялись по-разному вооруженным противникам. Исстари на Руси применялись: одноручные мечи, сабли-шашки, кончары, кинжалы, пики, копья, лук и стрелы, дротики, рогатины, бердыши и другое оружие.

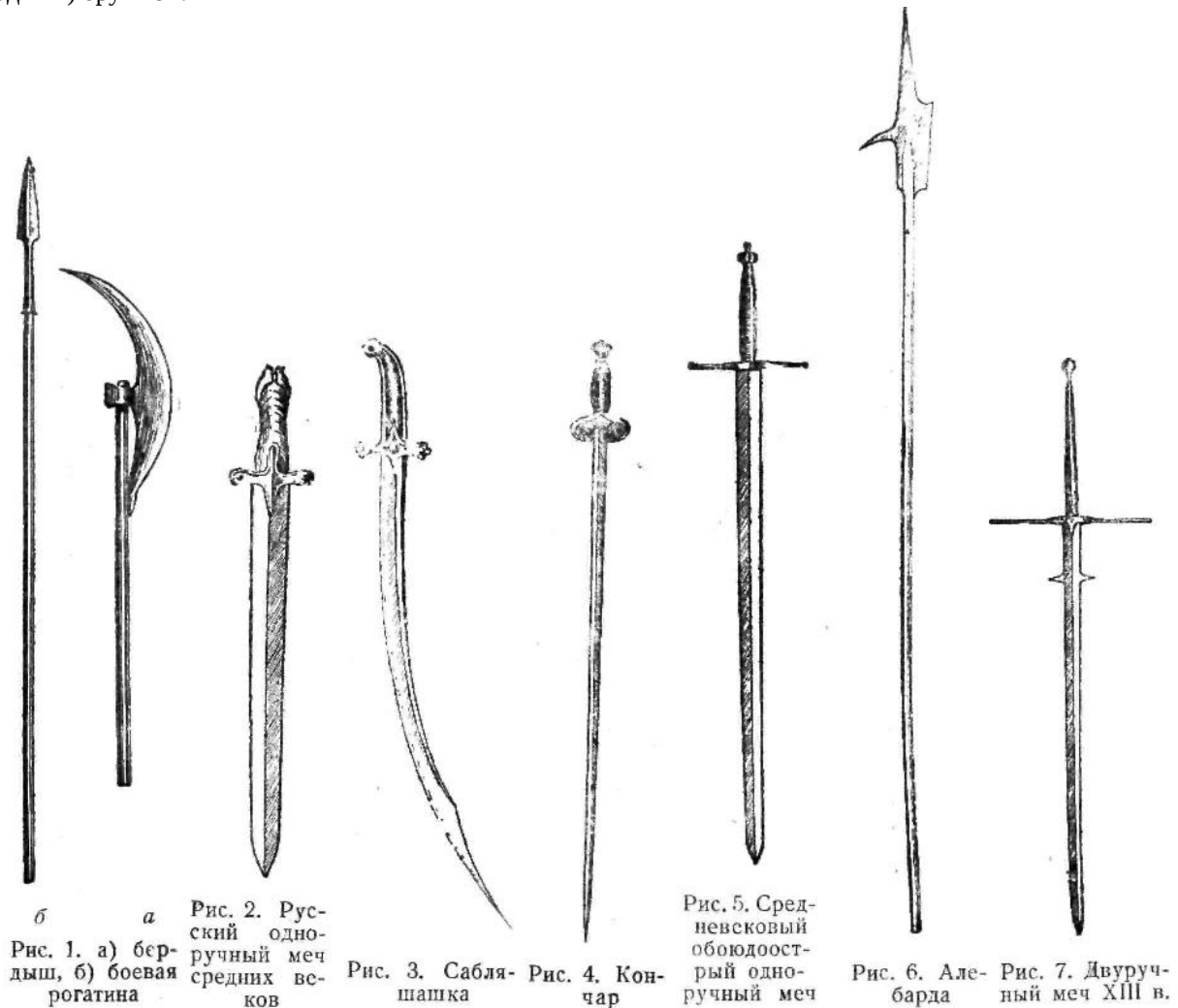
Русское народное ополчение, отстаивающее независимость страны, приспособляло для борьбы с иноземными захватчиками предметы охоты, земледелия и домашнего обихода. Так, косарь, насаженный на палку, превратился в боевое двуручное оружие — бердыш (рис. 1а), охотничья рогатина — в боевую рогатину (рис. 1 б), насаженная на длинный шест коса — в оружие, предназначенное для подрезания сухожилий у лошадей противников, простая палка, дубина — в боевую палицу, бытовой топор — в боевой топорик и клевец (боевой молот). Защитная кольчужная одежда русских воинов была достаточно прочна и не стесняла движений. Это позволяло русским воинам проявлять большую быстроту и ловкость, чем это могли сделать закованные в стальные латы рыцари.

Русский одноручный меч средних веков (рис. 2) отличался от известного в древности меча большей длиной и массивностью.

Сабля-шашка (рис. 3) — одноручное рубящее оружие. Ее стальной, слегка изогнутый, заканчивающийся острием, клинок имеет одно лезвие. Есть основание предполагать, что русская сабля-шашка была заимствована народами Запада и что впоследствии на основе ее возникла спортивная сабля (эспадрон).

Кончар — одноручное колющее оружие (рис. 4), имеющее трех или четырехгранный клинок длиной до 140 см, простую рукоятку и круглую гарду. Назначение кончар а состояло главным образом в нанесении уколов противнику, защищенному кольчужной одеждой. Кончары состояли на вооружении русских войск за три с

лишим столетия до появления испанской шпаги, форма и размеры которой чрезвычайно схожи с кончаром. Успешные сражения русских войск с рыцарскими не могли не вызывать процесса заимствования последними как типов холодного оружия и защитной одежды, так и приемов владения этим оружием. Например, на Западе в XII в. рыцарство заимствует кольчужные доспехи. Позже были позаимствованы сабля и кончар. К XII в. вооружение рыцарских, исключительно конных, войск состояло из копий, пик, палиц, средневековых одноручных мечей, кинжалов, алебард и щитов. Массивный средневековый одноручный обоюдоострый меч (рис. 5) имел клинок длиной до 100 см и шириной 8 см. Алебарда (рис. 6) — двуручное оружие, представляющее собою соединение копья, топора и крюка, посаженное на длинный деревянный шест. Алебардами обычно были вооружены ополченцы средневековых городов и рыцарские оруженосцы, которым они служили одновременно и ритуальным (парадным) оружием.



В связи с появлением стальных пластинчатых рыцарских доспехов произошло утяжеление холодного оружия, которое годилось теперь не только для ударов и уколов противника, но и для разрушения его доспехов и оглушения. Так, в XIII в. появляются громоздкие, тяжелые двуручные мечи (рис. 7). Однако по-прежнему широко применялись одноручные мечи и щиты. Обоюдоострый двуручный меч имел хорошо заостренный конец. Ширина уплощенного клинка равнялась 4—6 см, а длина достигала 200 см. Рукоятка длиной 60—70 см предназначалась для держания меча одновременно двумя руками. Таково было оружие и доспехи рыцарства. Тяжесть и громоздкость оружия требовали от воина большой физической силы.

На обучение приемам владения холодным оружием и на поддержание этого навыка требовалось тогда много времени.

Рыцарство, это прикрытое пышной мантией ложного благородства сословие феодалов-захватчиков, проводило время в военных грабительских походах на мирные народы и города, а в промежутках между ними — в военных упражнениях и диких развлечениях. Среди последних фехтование занимало важнейшее место. Одной из семи так называемых «благородных страстей» рыцарства было фехтование, разрешавшее задачу военно-физического воспитания класса феодалов и его наймитов.

Особенно большое внимание обучению приемам владения холодным оружием и фехтованию уделялось в тех странах, рыцарство которых вело непрерывные грабительские войны с горожанами своих стран и с другими странами, в том числе и с Россией. Не случайно поэтому то, что фехтование, как кровавая забава, выполнявшая задачу подготовки рыцарства к ведению захватнических войн, развивалось и получило широкое развитие в Испании, Франции, Германии, Италии. В рыцарских турнирах, как в зеркале, отражалась дикость нравов и грабительская сущность этого сословия. «Внешние украшения, внешний блеск, шелк, бархат, перья, всевозможные

цепи, кольца и драгоценные украшения, привычки и заученные приемы»... «грубые развлечения с убийствами, очень распространенное суеверие, предрассудки и мистицизм при умственной неразвитости и даже часто при полном невежестве» — такова характеристика рыцарского сословия — этой бронированной военной силы феодалов-захватчиков, данная П. Ф. Лесгафтом (П. Ф. Лесгафт, Собрание педагогических сочинений. Том I. ФиС. М., 1953, стр. 136.).

Рыцарские турниры проводились с 935 по 1487 г. Они были проявлением культа грубой силы и служили цели воспитания в рыцарстве психологии убийц, слепо выполняющих приказы своих повелителей — феодалов, цели поддержания на высоком уровне военно-физической подготовки рыцарских войск, а также цели запугивания народных масс. Турниры средневековья являлись отчасти продолжением традиций так называемых троянских игр, проводившихся среди нарождающегося рыцарства древнего Рима. Оружием, на котором происходили турнирные бои, оставались пики, копья, мечи, палицы. Существовали турниры, где было только два противника, и турниры, представляющие собой групповые сражения. Бой противников сводился, главным образом, к искусству наносить мощные удары пикой, копьем, мечом или палицей с целью выбить противника из седла (рис. 8). Искусное управление конем составляло одно из условий турнирного боя.

Рыцарские турниры включали в себя так называемые подготовительные упражнения и главный турнир. Подготовительные упражнения выполнялись на тупом оружии, а главный турнир — на боевом оружии, что приводило к человеческим жертвам. Накануне турниров устраивались состязания юношей-оруженосцев. В программу таких состязаний включалось фехтование в виде упражнений с копьем, мечом и алебардой. Кроме турниров, проводились рыцарские игры с обязательными состязаниями в фехтовании. Фехтование сводилось к выполнению боевых приемов с холодным оружием и к игре в самый бой (рис. 9).

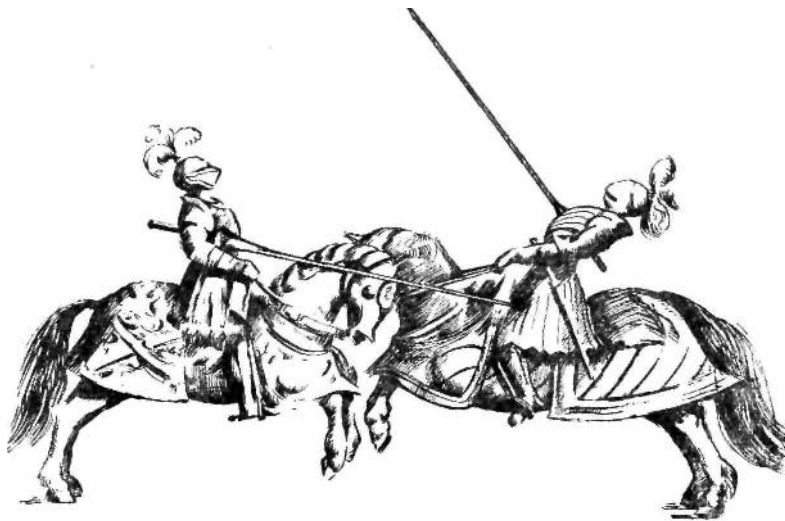


Рис. 8. Рыцарское турнирное единоборство

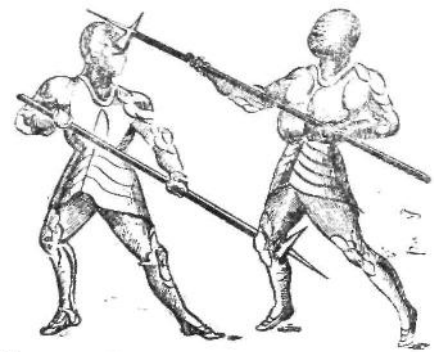


Рис. 9. Подготовительное к рыцарскому турниру упражнение на алебардах

Рыцарство сосредоточившее свое главное внимание на развитии искусства наносить мощные удары оружием и на мастерском управлении конем, не могло внести в технику владения холодным оружием технической тонкости, которая так характерна для современного фехтования.

Обучение рыцарского сословия навыку владения холодным оружием начиналось с 14-летнего возраста. После семилетней службы в качестве пажа мальчики с 14 лет переходили на службу к рыцарям в качестве оруженосцев. Находясь под присмотром рыцаря, мальчики обучались всему тому, что знал и умел этот рыцарь, готовились стать покорным оружием в руках феодалов. Естественно, что в физическом воспитании оруженосцев фехтованию уделялось достаточно большое внимание. Оруженосец повсюду сопровождал рыцаря. Находясь во время сражения сзади рядов сражающихся, оруженосец следил за своим повелителем и оказывал ему помощь в случае ранения.

Значительную роль в развитии фехтования сыграло население средневековых городов Западной Европы, где фехтование возникло как форма всеобщей военной подготовки жителей к обороне городов от грабительских нападений рыцарей. Позже фехтование становится излюбленным времяпрепровождением, зрелищем для жителей городов Западной Европы.

В боях с рыцарями горожане действовали в большинстве случаев длинными палками и баграми. Позже городское население стало применять все виды холодного оружия. Не обремененные тяжелыми доспехами горожане были более ловкими в рукопашной схватке на земле и поэтому старались в первую очередь выбить рыцарей из седла. Спешенные рыцари из-за громоздких доспехов теряли свои преимущества.

Для обучения приемам владения холодным оружием в городах средневековья были открыты специальные школы фехтования. Учителя фехтования руководили в этих школах привитием занимающимся навыка владения всеми существовавшими в то время видами холодного учебного и боевого оружия, в том числе на двуручных мечах (рис. 10), алебардах, кинжалах и саблях (рис. 11).

При обучении приемам владения холодным оружием применялась палка, которой пользовался вместо оружия преподаватель. При помощи палки занимающиеся выполняли упражнения. Гравюры, рисунки того времени говорят о том, что обучение фехтованию происходило на индивидуальных уроках, где занимающиеся выполняли

приемы под команду (рис. 12), работали у мишени и проводили учебные бои. Обучение фехтованию включало в себя также и приемы рукопашного боя и управление конем (вольтижировку).

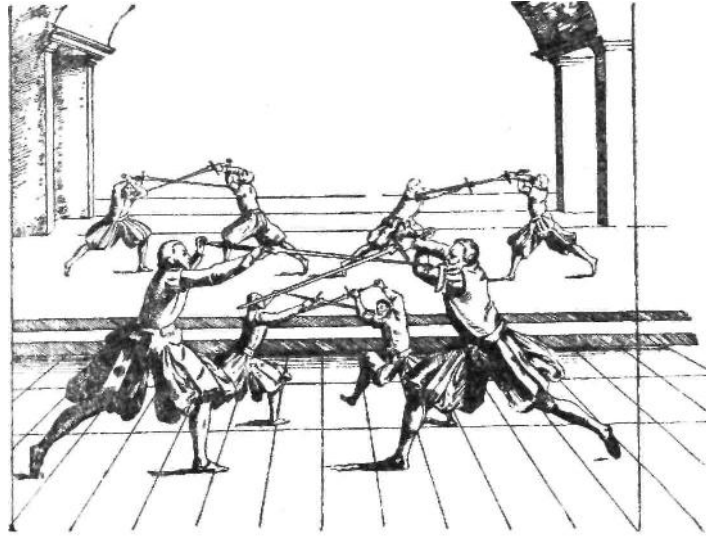


Рис. 10. Упражнение горожан во владении двуручным мечом

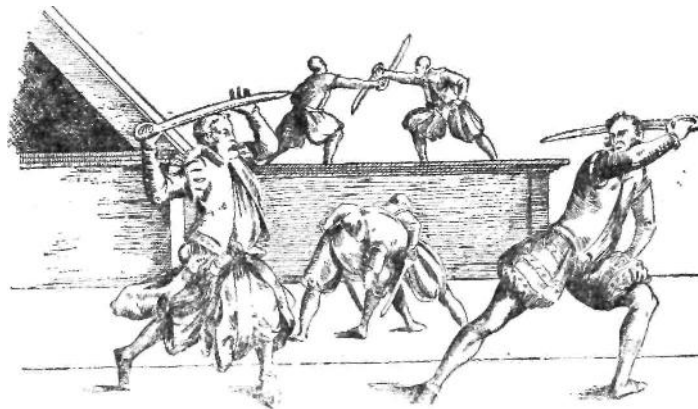


Рис. 11. Упражнение горожан во владении саблей, XVIII в.

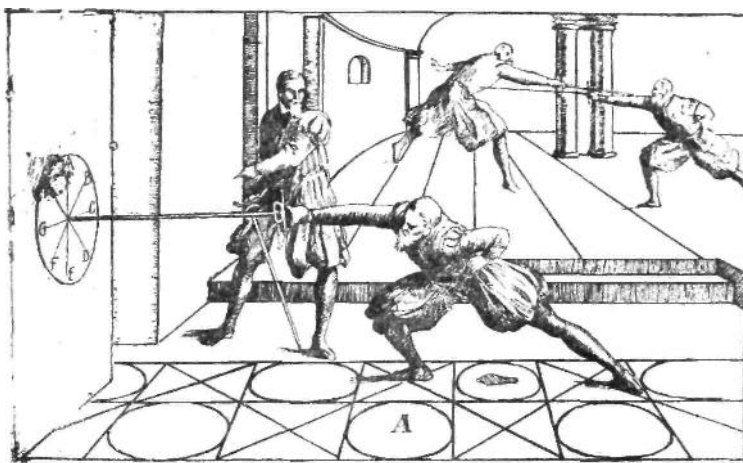


Рис. 12. Урок индивидуального обучения и учебный бой на шпагах



Рис. 13. Дуэль на мечах со щитами

Состязания в фехтовании проводились на учебном, тупом, оружии. Специальной защитной одежды при фехтовании не употреблялось. Это требовало от учителей особой ловкости и знания своего дела. Для занятий фехтованием в средневековых городах существовали специально оборудованные залы.

Разрешая задачи военно-физической подготовки, фехтовальные школы средневековых городов являлись вместе с тем своего рода спортивными фехтовальными центрами. Состязания по фехтованию были одной из распространенных в ту пору форм развлечения горожан.

Кроме военно-прикладной и зарождавшейся спортивной форм фехтования, в средние века существовала еще дуэльная форма, возникшая из поединков, которые носили название «суда божьего». Такой «суд божий» назначался в том случае, когда одна из прибегнувших к правосудию сторон не соглашалась с решением судьи.

Поединок происходил на боевом оружии и обычно кончался смертью одного из противников, а иногда смертью обоих. Победитель поединка признавался судом выигравшим тяжбу. Поединки так называемого «суда божьего», почвой для которых служила дикость нравов и религиозный мистицизм средневековья, позже превратились в дуэли. Поединки проводились среди горожан и среди рыцарского сословия (рис. 13). Дуэлянтство поощрялось дворянством как средство воспитания воинствующей психологии господствующего класса, утверждающего свою власть кровавым насилием.

Защищая свою независимость и выступая в роли освободителя народов Европы от нашествия монголов, русский народ за 250 лет (XIII, XIV вв. и начало XV в.) принужден был провести 160 войн с врагами-захватчиками. Это определило преобладание в системе физического воспитания народа военных и полумвоенных упражнений. Среди этих упражнений фехтование на палках (палочные бои) и «конские ристания» проводились уже по специальным правилам.

В XVI в. русская православная церковь вела жестокую борьбу с распространенными среди широких народных масс физическими упражнениями. Участники народных игр и состязаний преследовались церковью как еретики. Позже, в XVII в., в котором народные массы отвечают на притеснения помещиков и царской власти городскими восстаниями и крестьянской войной (Степан Разин), самобытные народные средства физического воспитания преследуются царским правительством и церковью с целью снижения боеспособности народных масс участие в народных играх и состязаниях каралось при царе Алексее Михайловиче побоями батогами и ссылкой. Однако ни церковь, ни царское правительство не смогли сломить волю свободолюбивого народа, и традиционные народные игры и состязания продолжали широко применяться трудовыми массами России.

В первой половине XVII в. ж подготовке русской армии стали привлекаться иностранцы. Это резко снизило ее боеспособность, так как из системы подготовки войск стали устраняться как исконно русские физические упражнения, так и прогрессивные методы обучения. Взамен их привносилась оборонительная тактика ведения войны, заучивание отдельных приемов и строевая муштровка.

Русское дворянство, гнушаясь традиций собственного народа, предав забвению превосходство русских в искусстве владения холодным оружием, игнорируя национальные формы состязаний в фехтовании, настойчиво и слепо подражало западноевропейскому рыцарству. В силу этого национальные формы состязаний в фехтовании не получили такого развития, как на Западе. Русское дворянство позаимствовало фехтование с Запада. Этими обстоятельствами объясняется то большое внимание, которое уделяется в данной книге возникновению и развитию фехтования в странах Западной Европы.

В связи с широким развитием военно-прикладной дуэльной и начинающей развиваться спортивной форм фехтования в средневековых городах Западной Европы возник спрос на учителей искусству владения холодным оружием. Спрос был настолько велик, что в городах появились специальные ремесленные гильдии (цехи) фехтовальщиков, куда входили наиболее опытные мастера владения холодным оружием. Усовершенствование холодного оружия привело к тому, что к XVI в. выходят из употребления металлические доспехи, легко пробиваемые пулей. В связи с этим теряют свое значение двуручные мечи и двуручные шпаги (рис. 14), а также и алебарды, оставаясь, однако, по традиции некоторое время как фехтовальное оружие. Тяжелый одноручный средневековый меч заменяется более легкой колюще-рубящей шпагой (рис. 15). Шпага используется как оружие ближнего боя на войне и как оружие, на котором происходили дуэли и состязания в фехтовании. Шпага применялась и в сочетании со щитом — тогда противники принимали боевую стойку левым боком друг к другу — и без употребления щитов, когда противники располагались правым боком друг к другу.



Рис. 14. Упражнение во владении двуручной шпагой, XV — XVI вв.

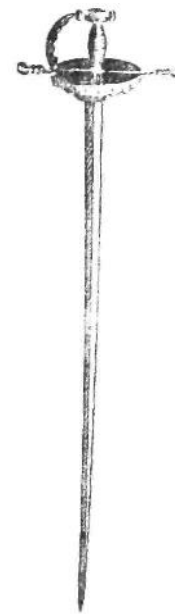


Рис. 15. Колюще-рубящая шпага



Рис. 16. Дага

В связи с устранением металлической защитной одежды и облегчением оружия техника владения им получила возможность развития. Бурное развитие началось только с превращением боя в условный спортивный бой на облегченном тупом спортивном оружии. Легкая, удобная предохранительная одежда и фехтовальная маска полностью устраняли опасность уколов и ударов, т. е. фехтование превратилось в фехтовальный спорт, что произошло в конце XVIII в. Теряя постепенно свое военно-прикладное значение, шпага становится ритуальным, парадным оружием в среде дворянской знати и оружием, на котором происходили дуэли. Вместо щита с конца XV в. стала применяться, сначала только для защиты, а позже и для нападения, дата — короткая шпага (рис. 16). Противники располагались главным образом левым боком друг к другу, держа шпагу в правой руке, а дату в левой (рис. 17).

Конец XV и начало XVI вв. характеризуется преобладанием в Западной Европе дуэльной формы фехтования. Поветрие дуэлей особенно сильно распространилось в Испании, где возникла особая каста драчунов-дуэлянтов под названием «Браво». Испания славилась лучшими шпажными (толедскими) клинками и была признана своего рода центром фехтования того времени.

Дуэльный и спортивный фехтовальные бои проводились главным образом на шпагах с дагой, которая вскоре была заменена кинжалом. Вместо даги или кинжала применялся и плащ (рис. 18), при помощи которого проводились приемы защиты, обезоруживания противника и подготовки нападения.

Испанские учителя фехтования Понс-де-Перпиньяна и Пед-рос-де-Торре в 1474 г. выпускают первую в Испании книгу по вопросам техники и тактики фехтования. К тому же времени вводятся понятия внешней и внутренней фехтовальных линий и приемы маневрирования (так называемые «пассы» — шаги и «вольты» — уклонения).

В Германии в XV и XVI вв. фехтование широко развивалось среди городского населения, которое организовывало фехтовальные школы и своего рода фехтовальные спортивные общества («Братство святого Марка», «Вольные фехтовальщики пера» и др.) (рис. 19). Под влиянием реакционного духа прусского юнкерства, ставшего впоследствии одной из черт германского фашизма, фехтование в Германии выродилось затем в одну из самых отвратительных разновидностей диких развлечений того времени — в так называемое мензурное фехтование. Противники, снабженные защитными очками (консервами) и вооруженные шлеперами (оружие типа сабли с отточенным лезвием), старались нанести друг другу режущие удары по лицу.

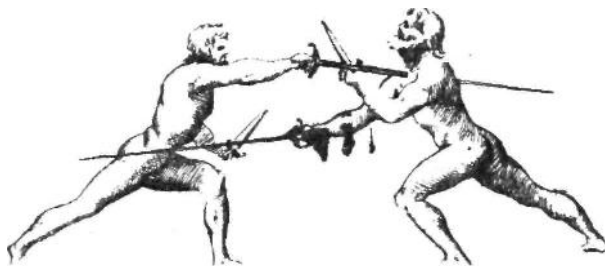


Рис. 17. Дуэль на шпагах и дагах



Рис. 18. Дуэль на шпагах с плащами

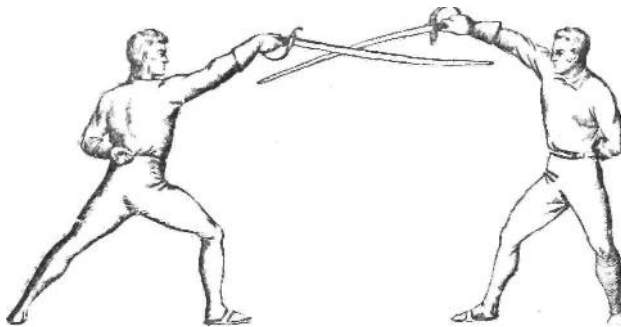


Рис. 19. Фехтование на саблях, XVII в.

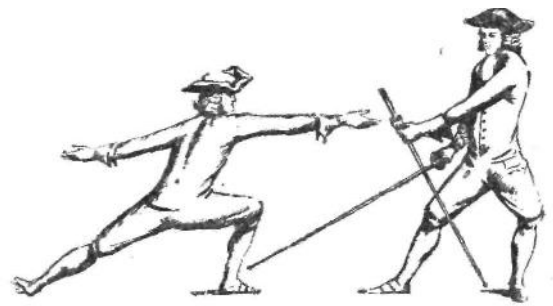


Рис. 20. Фехтование на шпагах, XVII в. (Прием обезоруживания)

Однако и в Германии имел место процесс возникновения фехтовального спорта. Так, в 1570 г. немецкий учитель фехтования Иохим Мейер ставит вопрос о разделении фехтования на колющем и колюще-рубящем оружии, что говорит о существовании в Германии в ту пору спортивного фехтования.

С середины XVI в. центром фехтования, носящего в то время дуэльную и спортивную формы, становится Италия. В 1509 г. выходит первый печатный труд по фехтованию на итальянском языке (Пьетро Мончо). В 1517 г. Ахилло Мароццо, который считается «отцом» итальянского фехтования, подробно пишет о принципах фехтования. Применявшиеся вначале только как защитные средства, дага и кинжал стали нести функции нападения, и поединки (дуэли) приняли еще более кровопролитный характер. Существенным явлением в области разработки вопросов техники фехтования (было установление семи защит (Вирджиани, 1560). Эти семь защит и восьмая, введенная во Франции 200 лет спустя, схожи с современными рапирными защитами.

В начале XVII в. итальянские специалисты выпускают ряд книг по вопросам техники и тактики фехтования,

которое развивалось по двум линиям: дуэльного и спортивного фехтования. Последнее более широко развивалось в это время во Франции. Только спустя 37 лет после французов итальянцы в 1610 г. поставили вопрос об отмене даги, кинжала и плаща. С этого момента спортивная форма фехтования получает самостоятельное развитие. К этому же времени производится разделение поражаемого пространства для нанесения уколов и ударов.

Влияние итальянской школы фехтования на целый ряд западноевропейских стран продолжается вплоть до XVIII в.

Во Франции долгое время, до конца XVII в., на развитие фехтования накладывала свою печать итальянская школа фехтования. Однако французские фехтовальщики первыми поставили вопрос об упразднении даги, кинжала и плаща (Сан-Дидье, 1573).

В связи с устранением даги, кинжала и плата изменилась и боевая стойка. Фехтующие, держащие оружие в правой руке, становились теперь уже правым боком друг к другу. Левая рука выполняла функции защиты и обезоруживания (рис. 20).

Ревниво оберегавшие авторитет своей фехтовальной школы, итальянцы, стоявшие в то время у руководства французским фехтованием, не поддержали этого предложения. Однако факт существования такого предложения говорит о том, что во Франции в конце XVI в. шло бурное развитие спортивной формы фехтования, которое тормозилось консерватизмом итальянских учителей фехтования. В 1633 г. во Франции выходит книга Бенара Ренне с описанием техники фехтования, очень близкой к современной. Бенар Ренне описывает салют, боевую стойку, приемы маневрирования, выпад, соединения, переводы, удары и уколы, защиты прямые, круговые, полу круговые и уступающие. Кроме того, в книге описываются приемы обезоруживания.

В конце XVII в. появились укороченные и облегченные Французские шпаги, предназначенные только для уколов. С применением такого фехтовального оружия техника, а в связи с ней и тактика спортивного фехтования начали бурно прогрессировать.

Великий французский писатель того времени Мольер следующим образом характеризует современное ему фехтование: «Фехтование есть искусство наносить удары, не получая их. Необходимость тронуть противника, избегая его ударов, делает искусство фехтования чрезвычайно сложным и трудным, ибо к глазу, который видит и предупреждает, к рассудку, который обсуждает и решает, к руке, которая выполняет, необходимо прибавить точность и быстроту, дабы дать надлежащую жизнь оружию». Эта характеристика говорит о том, что спортивная форма фехтования во Франции в середине XVII в., существовавшая наряду с дуэльной его формой, получила уже достаточное развитие в отношении техники и тактики. Для спортивного фехтования применялось учебное оружие с тупым закругленным концом (см. рис. 20). Не подлежит сомнению, что уколы и удары в лицо при состязаниях по фехтованию запрещались.

ФЕХТОВАНИЕ В НОВОЕ ВРЕМЯ

Начиная с XVIII в., французская школа фехтования, оформившаяся в основных своих чертах во второй половине столетия, завоевывает признание во многих странах, и Франция становится центром развития спортивного фехтования. К концу XVIII в. вышли из употребления приемы защиты левой рукой, захваты ею оружия и приемы обезоруживания. Это позволило точнее регламентировать правила боя и вызвало повышение мастерства владения фехтовальным оружием.

Дальнейшее развитие фехтования связано с введением во Франции в 1776 г. фехтовальной предохранительной маски (автор Ла-Буассиер). Маска устранила возможность ранения лица во время фехтования и тем самым создала широкий простор для развития его техники и тактики.

Фехтование к этому времени окончательно теряет черты грубых кровопролитных развлечений древних и средних веков, черты военных упражнений и дуэлянтства и спортивного фехтования, связанного с возможностью ранений. Оно превращается в интересный, совершенно безопасный фехтовальный спорт, требующий сочетания острого зрения, быстрого и тонкого тактического мышления, хладнокровия и выдержки с быстротой и точностью движений оружия и тела при обязательности безупречного поведения.

К началу XIX в. использование фехтовальной маски для упражнений в фехтовании и для состязаний распространилось почти по всей Западной Европе. Это нововведение способствовало быстрому развитию спортивных соревновательных форм фехтования. Особенно преуспевали в этом направлении Франция и Италия. Однако дорогостоящее оборудование (маски, специальное оружие) и услуги учителей владения холодным боевым и спортивным оружием ограничивали число занимающихся фехтованием кругом аристократической и зажиточной молодежи. Фехтовальные турниры носили сперва ограниченный семейный характер. Постепенно они расширились. В дальнейшем на придворные турниры князей и королей стали съезжаться любители пофехтовать из окрестных владений. Начали практиковаться и первые спортивные международные встречи итальянцев с французами, носившие часто особый характер доказательства преимуществ своей школы фехтования. Возникали правила соревнований. Фехтование становилось международным видом спорта. Спортивное оружие все более облегчалось, вследствие чего менялась и техника владения им. Придя первыми к спортивному фехтованию, французы первыми приступили и к пересмотру технических положений владения легким оружием в направлении рационализации, т. е. придания им биомеханической целесообразности и устранения всякого рода «прикрас». Выразителем этого прогрессивного направления был Лафожер, выдающийся мастер владения холодным оружием Франции начала XIX в. Изучению подверглись не только фехтовальные движения, но и тактика ведения боя по линии боевого осмысливания каждого действия фехтующего. Легкость оружия и безопасность боя в скором времени придали французскому фехтованию особый стиль, характеризующийся непременным стремлением к чрезмерному осложнению боевых взаимодействий. Несмотря на прогрессивность в то время французского

фехтования, в нем до начала XX в. сохранялись еще технические требования, отражающие предшествующий этап развития, обусловленный несовершенством материальной части фехтовальных упражнений. Так, выдающийся мастер и учитель фехтования Франции конца XIX в. К. Прево требовал еще смягчения силы удара при уколе посредством высокого поднимания кисти в момент прикосновения острия к противнику и рекомендовал боевую стойку с перенесенным на сзади стоящую ногу весом тела и отклоненным назад туловищем (рис. 21 а, б). А в Жуанвильской военной школе, являвшейся центром фехтовальной мысли Франции, еще в начале XX в. обучали боевой стойке с несколько смещенным назад центром тяжести и вертикальным туловищем. При выполнении выпада требовалось сохранение вертикальности корпуса.

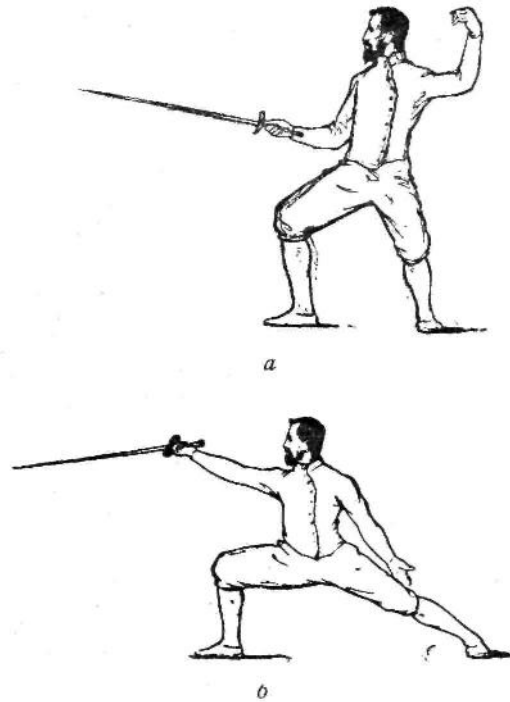


Рис. 21. Боевая стойка и выпад при фехтовании на рапирах. Франция, конец XIX в.

Французское фехтование, занесенное наполеоновскими войсками на север Италии, способствовало модернизации итальянского фехтования. Возникла борьба школ. Север Италии принял французскую рапиру (без поперечника на рукоятке) и основные технические и тактические положения (североитальянская школа) французской школы фехтования. Так возникла североитальянская школа фехтования. На юге сохранилась в неприкосновенности прежняя итальянская школа, названная южноитальянской, и в средней Италии возникла среднеитальянская школа, соединившая в себе элементы обеих фехтовальных школ. Вновь возникла борьба школ, для прекращения которой в 1879 г. была создана правительственная комиссия, которая из шовинистических побуждений дала предпочтение консервативной южноитальянской школе фехтования. Программой моей школы стал трактат Мазаниелло Паризе: «Теория и практика боя на шпаге и сабле». Трактат руководителя Миланской военной школы, т. е. представителя североитальянской школы — Радаелли, забракованный комиссией, стоял значительно выше трактата Мазаниелло Паризе как по теоретическим обоснованиям техники и тактики, так и по систематизации упражнений. Особое внимание Радаелли уделил фехтованию на саблях, и в частности биомеханике владения саблём, положив в основу рубочных и защитных движений работу в локтевом суставе при глухом закреплении лучезапястного. Трактат Радаелли, изданный в 1861 г., явился самым полным обобщением достижений своего времени в области сабельного фехтования, что позволяет считать Радаелли основоположником современного фехтования на саблях.

Несмотря на принятие многих положительных моментов французской школы итальянская школа фехтования продолжала страдать рядом недостатков, к которым следует отнести в первую очередь излишне выпрямленную вооруженную руку в бою на рапире и шпагах и чрезмерно широкую боевую стойку. Кроме того, постоянные встречи итальянских фехтовальщиков с французскими породили у итальянцев, вследствие более прочного держания ими рапир, чем их противниками, стремление широко применять силовые приемы в виде разнообразных воздействий своим оружием на оружие противника. Последнее обстоятельство придавало бою итальянцев силовой, несколько грубый характер и не способствовало развитию тонкого «чувства оружия», а следовательно, и тонкости и сложности тактической игры. Руководящим и направляющим фехтовальную жизнь Италии центром являлась фехтовальная школа в Риме, выпускавшая учителей фехтования. Эта школа в последующие годы стала именоваться Академией фехтования.

Итальянское фехтование того времени в целом с наибольшей полнотой отражено в книге Гризетти «Школа Микст».

С каждым годом XIX в. фехтование на легком холодном оружии в Европе утрачивало свое утилитарное значение как средство непосредственной боевой подготовки. Исключение составляло еще фехтование на саблях,

поскольку боевое рубящее оружие еще имелось на вооружении кавалерийских частей многих армий. Фехтование становилось спортом. Турниры по фехтованию, объединяющие фехтовальщиков целой страны и с участием фехтовальщиков соседних стран, стали частым явлением в XIX в., и к концу его уже приобрели форму соревнований на первенство отдельных государств и Европы. В 1896 г. в Афинах на Первых олимпийских играх были проведены соревнования по фехтованию, которые фактически явились первыми состязаниями на первенство мира. В 1913 г. в Париже был сформирован выборный орган, призванный руководить всей международной спортивной жизнью фехтования. Орган этот, получивший название Международной федерации фехтования (сокращенно ФИЕ — Federation internationale d'escrime), стал руководящим и организационным центром международного фехтования, устанавливающим правила соревнований, календарь, разрешающим текущие вопросы и проводящим календарь, международные турниры и соревнования «а личное и командное (первенство мира. С этого времени соревнования по фехтованию на мировых олимпийских играх и первенства мира стали регулярными.

Первоначально вошли членами в федерацию 9 европейских государств. В дальнейшем к ним присоединились другие страны Европы и других частей света. В настоящее время в ФИЕ представлены все континенты, а численность ее членов дошла до 52. Фехтование вошло в программу олимпийских игр и со времени Первой олимпиады в 1896 г. неизменно на всех олимпиадах проводятся соревнования по фехтованию.

С 1926 г. начали проводиться соревнования на первенство Европы, а с 1936 г. их заменили проводимые ежегодно Международной федерацией соревнования на первенство мира.

В фехтовании на рапирах и шпагах для мужчин до самого последнего времени шла борьба между итальянцами и французами. Так, во всех проведенных соревнованиях на олимпиадах и первенствах мира итальянская рапирная команда занимала первые места 10 раз, а французская 8 раз. Чемпионами мира становились: итальянцы 9 раз, французы 11 раз. И только в последнее время в борьбу за первое место стали «вмешиваться» рапиристы Венгрии и СССР.

В фехтовании на шпагах примерно такая же картина. Итальянская шпажная команда завоевывала первые места 10 раз, команда Франции 7 раз. Личными чемпионами итальянцы оказывались 8 раз, французы 7 раз.

Другие страны в этих видах оружия лишь изредка выходили на первые места. Так, рапирные команды Кубы и Венгрии становились чемпионами по одному разу. В личных соревнованиях лишь трем рапиристам удалось преодолеть итальянцев и французов и стать чемпионами мира. Одним из них был кубинец, а двое других — венгры. То же самое имеется и в фехтовании на шпагах: лишь команде Бельгии однажды удалось отвоевать первое место. Личными чемпионами мира становились: 2 раза — кубинец, 2 раза — бельгийцы и по одному разу — датчанин, венгр и англичанин.

Международные соревнования по фехтованию на саблях до самого последнего времени проходили в борьбе венгерских и итальянских фехтовальщиков, однако, при явном преимуществе венгров. Так, команда Венгрии становилась чемпионом мира 15 раз, а команда Италии — 6 раз. Личными чемпионами мира венгры оказывались 11 раз, итальянцы — 4 раза. Лишь в середине шестидесятых годов в борьбу за первенство включились поляки и советские фехтовальщики.

В женском командном фехтовании до 1956 г. господствовала Венгрия, занимавшая первые места 5 раз. Дания, Франция и СССР выходили командными победителями по 2 раза. В личных соревнованиях становились чемпионками мира: венгерки — 4 раза, австриячки — 3 раза, датчанки — 2, немки — 2 и советские фехтовальщицы — 2 раза.

Советский Союз вступил в ФИЕ в 1952 г. и с этого года участвует в официальных международных соревнованиях. Поэтому суммарные цифровые показатели международных успехов советских фехтовальщиков не должны сопоставляться с показателями других стран, давно участвующих в мировых олимпиадах и первенствах мира.

Широкое спортивное общение фехтовальщиков различных стран между собой привело в XX в. к некоторому нивелированию фехтовальных школ. Фехтовальщиков всех стран объединяет стремление к достижению наивысшей быстроты, подвижности и молниеносной ориентировки. Быстрота во всех ее проявлениях стала ведущей идеей современного фехтовального спорта, совсем уже освобожденного от военной утилитарности. Характерно в этом отношении широкое внедрение в фехтовальную практику атак бегом (флеш-атака). В тридцатых годах был изобретен аппарат — электрофиксатор уколов для фехтования на шпагах. С 1931 г. все соревнования на этом виде оружия проводятся уже при автоматическом фиксировании уколов. Это нововведение, избавившее шпажные состязания от частых судейских ошибок и придавшее наглядность и зрелищность бою на шпагах, сделало фехтование на этом оружии наиболее популярным из всех видов фехтовального спорта.

В начале XX в. бельгийскими фехтовальщиками была сконструирована алюминиевая рукоятка для колющего оружия, названная ортопедической вследствие соответствия ее конфигурации анатомическому строению кисти. Эта рукоятка, известная в Советском Союзе под названием «пистолет», нашла широкое применение в фехтовании на шпагах и более ограниченное в рапирном фехтовании.

Владение оружием с ортопедической рукояткой способствует в некоторой мере нивелированию специфических черт исторических школ фехтования.

В середине текущего столетия по инициативе Итальянской федерации фехтования была введена электросигнализация и в фехтовании на рапирах. Впервые официально применялись электрорапиры и рапирные аппараты-фиксаторы на состязаниях на первенство мира в Риме в 1955 г.

Фехтованием стали заниматься учащиеся, люди интеллигентных профессий, служащие и дети зажиточных родителей. Рабочий народ и крестьянство по-прежнему не приобщены к этому виду спорта.

Из европейских государств лишь в странах народной демократии фехтование стало достоянием всех трудящихся, чем и объясняются в большой мере все возрастающие успехи венгерских, польских, румынских

фехтовальщиков и фехтовальщиц Германской Демократической Республики (ГДР).

СОВРЕМЕННОЕ ФЕХТОВАНИЕ ЗА РУБЕЖОМ

В середине текущего столетия, т. е. к моменту выхода советских фехтовальщиков на международную арену, на XV Олимпийских играх в международном фехтовании сохранялось устойчивое, почти традиционное соотношение сил. На колющем оружии — рапирах как в командных соревнованиях, так и в личных, безраздельно господствовали с переменным успехом французские и итальянские фехтовальщики. При этом итальянские фехтовальщики чаще имели преимущество в фехтовании на шпагах, а французские на рапирах.

В фехтовании на саблях в борьбе с итальянскими фехтовальщиками первенствовали венгерские мастера сабли. В командных финалах фехтования на шпагах нередко появлялись шведы (шпажисты из спортсменов современного пятиборья), оттесняя французских шпажистов. В финалах рапирных команд бывали египтяне, бельгийцы, немцы. В командную борьбу за призовые места в фехтовании на саблях часто включались французы, реже поляки и немцы. В женском фехтовании шла довольно ровная борьба между фехтовальщицами Венгрии, Италии, Франции, Германии, Голландии и Австрии.

Однако эта борьба в командных соревнованиях обычно заканчивалась победой венгерских фехтовальщиц, а личные соревнования женщин проходили с переменным успехом фехтовальщиц перечисленных стран.

Наибольшее развитие фехтование получило в европейских странах. Фехтовальщики этих стран, кроме участия в ежегодных первенствах мира и олимпийских играх, выступают в многочисленных традиционных международных командных встречах и личных турнирах.

Большой популярностью фехтование пользуется в Венгрии, Италии, Франции, Польше, Германии и Бельгии. Став международным, регламентированным правилами спортом в XIX столетии, современное фехтование находится еще под сильным влиянием исторически сложившихся в XVII в. итальянской школы и в XVIII в. французской, являющихся классикой фехтовального спорта. Несколько позже, уже в начале XX столетия, получила всеобщее признание и венгерская школа сабельного фехтования.

Понятие школы фехтования охватывает сумму определенных положений и требований в вопросах теории, техники и тактики фехтования, методики обучения и тренировки, а также конструкции оружия, сложившихся в процессе длительного и успешного культивирования данного вида спорта в законченную систему, строго отвечающую условиям своего времени, места и среды.

Однако широкое развитие фехтовального спорта, частые международные состязания постепенно разрушают чистоту школ и школьный патриотизм фехтовальщиков, приводят к тому, что фехтовальщики воспринимают технико-тактические положения разных фехтовальных школ и выбирают конструкцию фехтовального оружия, которая больше соответствует их вкусу, темпераменту и физическим качествам. Техничко-тактические различия отдельных фехтовальных школ становятся все менее явными, все более неуловимыми.

Свободный выбор фехтовальщиками фехтовальной школы или отдельных элементов ее способствует развитию техники и тактики фехтования, методики обучения и тренировки в силу отсутствия при этом слепого преклонения перед непререкаемым авторитетом той или иной школы.

Существенным признаком начавшегося стирания искусственно еще кое-где сохраняемых границ фехтовальных школ является тот факт, что часть фехтовальщиков одной и той же страны придерживается разных школ для различных видов фехтования (рапира, сабля, шпага). Так, венгерская школа фехтования на саблях признана во всех странах, в том числе и в тех, которые имеют свои школы фехтования на других видах оружия. Французские саблисты, например, в подавляющем большинстве придерживаются венгерской школы сабельного фехтования. В то же время рапирное и шпажное фехтование в Венгрии находится под влиянием итальянской и французской школ.

Несмотря на идущий процесс смешения фехтовальных школ, на сегодня все же имеются некоторые различия между ними.

Французская школа фехтования на рапирах является во всех странах, культивирующих фехтовальный спорт, наиболее тонкой в техническом и в связи с этим наиболее сложной в тактическом отношениях. Французские фехтовальщики всегда были большими мастерами колющего оружия, уступая фехтовальщикам других стран в искусстве владения рубящим (сабля).

Техника, а вслед за ней и тактика фехтования в большой мере зависят от национальных школ фехтования и в немалой степени от конструктивных особенностей спортивного оружия, в частности от конструкции рукоятки. Здесь, однако, следует отметить, что введение с 1955 г. в практику официальных соревнований электрорапиры, оружия с утяжеленным и несколько хлестким клинком, ослабило различия во владении рапирой, связанные с устройством ее рукоятки.

Простая конструкция французской рапирной рукоятки и неприменение, в отличие от итальянцев, привязи рукоятки к кисти и лучезапястному суставу обуславливают менее плотное держание рапиры и обеспечивают большую свободу и тонкость управления движением рапиры при помощи пальцев. Такое держание рапиры развивает тонкие кинестетические и тактильные ощущения, возникающие при соприкосновении с оружием противника, ощущения, которые носят название «чувства железа».

Боевая стойка «французов» (подразумеваемая под этим всех приверженцев французской школы) отличается от итальянской нешироко расставленными ногами, почти вертикально и не вполне профильно поставленным корпусом, меньшей глубиной посадки, меньшей шириной стойки, меньшей профильностью корпуса, меньшим наклоном тела вперед. В связи с этим «французы» обладают большей легкостью и непринужденностью в маневрировании. Благодаря свободному и не глухому держанию рапиры «французы» легче «итальянцев» справляются с

техническими затруднениями ближнего боя. Кроме того, боевые позиции «французов» менее устремлены вперед, а в защитных движениях они не избегают движения оружия на себя.

Тактическая характеристика современной французской школы фехтования на рапирах сводится к следующему:

- 1) легкая и тонкая игра клинком, обманные движения и мягкое маневрирование;
- 2) мягкое вхождение в атаку в ожидании контрдействий («атака с открытыми глазами»);
- 3) стремление к сложным завязкам посредством ложных атак;
- 4) нечастые силовые воздействия на оружие противника;
- 5) большое разнообразие приемов защиты и нападения;
- 6) широкое использование «чувства оружия» для ориентации в схватках боя.

Итальянская школа фехтования на рапирах также имеет достаточное количество последователей в различных странах. Сложившись на почве дуэльного фехтования, эта школа носит на себе печать своего исторического прошлого (рис. 22). Существовавшие прежде приемы обезоруживания противника привели к особой конструкции рукоятки и способов ее держания.



Рис. 22. Дуэль на шпагах в Италии в конце XIX в.

Итальянская рапира имеет на рукоятке особую перекладину, обеспечивающую плотное и мощное держание рапиры, которое усугубляется еще прочной привязью рукоятки к руке. Привязью достигается полная слитность рукоятки с кистью. Конструкция рукоятки, способ ее держания и привязывания помогают применять силовые воздействия на оружие противника. Этим объясняется частое употребление «итальянцами» захватов, завязываний, ударов (батманов) по оружию противника. Такое держание оружия не дает в полной мере использовать работу пальцев при владении рапирой и до известной степени препятствует развитию тонкого «чувства железа». Боевая стойка, принятая итальянской рапирной школой, отличается некоторой статичностью (застылостью). Она немного шире стойки «французов» и создает впечатление более плотного стояния. Туловище наклонено вперед. Рука угрожающе устремлена вперед.

Однако резкого отличия между боевыми стойками этих двух рапирных школ в настоящее время нет. Прикосновения к оружию противника в защитных и активных действиях на оружие у «итальянцев» более резкие и ударные.

Защиты характеризуются стремлением «ловить» оружие противника далеко от себя малыми смещениями гарды и в силу этого отчетливо выраженными выходами острия за контуры поражаемого пространства. Типично почти исключительное пользование для защиты нижних секторов второй защитой.

Тактическая характеристика итальянской школы фехтования на рапирах сводится к следующему:

- 1) стремление к заранее задуманным скоростным с самого начала атакам;
- 2) менее активная и менее разнообразная игра клинком;
- 3) склонность к применению силовых приемов: действительных батманов и захватов;
- 4) отсутствие стремления к сложным комбинационным завязкам;
- 5) избегание ближнего боя, в котором возникают технические затруднения.

Венгерская школа фехтования на саблях, завоевавшая к настоящему времени всеобщее признание, самая молодая из всех фехтовальных школ. Эта школа — передовое, прогрессивное явление в фехтовальном спорте. Авторитет ее велик, и на сегодня она признана лучшей сабельной школой в мире. Венгерские саблисты — бессменные победители первенств мира, олимпийских игр и других международных состязаний по фехтованию. Среди саблистов Италии и Франции идет процесс перехода на венгерскую школу. Однако переход встречает

затруднения в силу твердо укоренившихся старых технико-тактических положений. Возникнув на базе итальянской сабельной школы, венгерская школа впитала в себя все самое рациональное из этой школы, отбросив ее догматические наслоения, пойдя по линии естественности и свободы движений, по линии раскрепощения и динамичности.

Особенности сабельной венгерской школы:

- 1) глубокое овладение темпом, ритмом, характером движений и интенсивностью мышечных напряжений;
- 2) полная естественность и непринужденность боевой стойки, выражающаяся в ограниченном сгибе ног и узкой их расстановке, в далеко не профильном Положении корпуса по отношению к противнику, частом свободном опускании вооруженной руки вниз и почти полном выпрямлении ног в неострые моменты боя;
- 3) преимущественное применение, атак, начинающихся вкрадчивым сближением с непреднамеренным завершением;
- 4) легкое и вариативное, т. е. с нередким перехватыванием, держание оружия;
- 5) обобщение и сокращение числа защит в целях достижения наибольшей быстроты их выполнения (почти исключительное применение только третьей, четвертой и пятой защит);
- 6) широкое применение атак броском (флеш-атак);
- 7) ярко выраженный наступательный стиль боя;
- 8) тактическая игра, основанная на обыгрывании в чувстве дистанции, чередовании ударов в темп и ответных ударов.

Исключительно большое влияние оказало венгерское сабельное фехтование на польских саблистов. Это влияние усилилось благодаря работе венгерского тренера Кэвеи в Польской Народной Республике. Тем не менее польские фехтовальщики внесли в спортивную практику и теорию столько своего национального, что их фехтование приобрело особый облик, отличительными чертами которого является дальнейшее развитие естественности боевых положений и движений, крайняя подвижность и тактическая активность, основанная на быстроте передвижений.

В фехтовании на шпагах наиболее совершенной является итальянская школа. Имея общую направленность и черты, сходные со своим рапирным фехтованием, она оказывается наиболее отвечающей правилам и характеру боя на шпагах. Держа оружие и руку смело устремленными вперед и постоянно угрожая уколом, «итальянцы» не слишком увлекаются «охотой за рукой», т. е. попытками нанести укол непременно в руку противника. Итальянские шпажисты, являющиеся на сегодня сильнейшими в мире, отличаются от большинства своих противников богатым арсеналом боевых приемов и действий, присущих рапирному фехтованию. Они широко применяют атаки на отдаленные части тела противника, ответные уколы в туловище и атаки второго намерения. Все это вместе взятое придает бою итальянских шпажистов динамический, насыщенный острыми моментами характер.

Шведы, начавшие культивировать шпажное фехтование позже Франции и Италии, не обладающие традициями и большим опытом прошлого, внесли в шпажное фехтование своеобразие, не овладев, однако, общей фехтовальной культурой. Шведские шпажисты достигли большого командного успеха на XV Олимпийских играх, уступив лишь итальянцам. В дальнейшем их успехи резко снизились.

За последние годы резко повысилось мастерство венгерских шпажистов и особенно рапиристов, завоевавших на первенстве мира 1957 г. первое место. Рост мастерства в большой степени объясняется передовым характером всего венгерского фехтования, свободного от консервативно-патриотических тенденций классических школ. Критически принимая все ценное, что имеется в иностранных школах фехтования, венгерские спортсмены вносят в фехтование на колющем оружии прогрессивные идеи своего отечественного фехтования на саблях.

Таковы в общих чертах особенности существующих в настоящее время фехтовальных школ.

ФЕХТОВАНИЕ В ДОРЕВОЛЮЦИОННОЙ РОССИИ

Отличительная черта развития фехтования в дореволюционной России заключается в том, что оно развилось не из военно-прикладной, турнирной и дуэльной форм фехтования, как это происходило на Западе, а было заимствовано из зарубежных стран как средство развития ловкости, воспитания воинского духа, как «шпажное искусство». Таким образом, под словом «фехтование» в России и прежде и теперь подразумевается только фехтование спортивного характера.

В том, что Россия в средние века с успехом отражала нападения врагов и с Запада и с Востока,— доказательство высокого уровня мастерства владения холодным оружием русских воинов.

Однако искусство владения холодным оружием не превратилось в России, по примеру западных стран, в формы диких состязаний, оканчивающихся смертельным исходом, в традицию так называемого «суда божьего», в массовый дуэлянтский психоз молодых дворян, а использовалось для целей защиты Родины от иноземных захватчиков.

Различного рода поединки на холодном оружии были сравнительно редки в быту русского народа, а поединки русских воинов с представителями армий захватчиков, которые происходили до сражений, являли собой всю силу и мастерство владения холодным оружием русских, защищающих независимость своей Родины от вторжения иностранцев. Недаром герои русских былин — богатыри воспеваются за борьбу с темными силами природы и врагами, покушающимися на свободу земли русской. Недаром в русских былинах все превышающей силой наделен человек мирного труда, землепашец Микула Селянинович.

Естественно, что миролюбивый русский народ-труженик не мог перенять от западноевропейских стран кровавые увеселения, и только после того, как наметилось зарождение фехтовального спорта, он заимствуется в

конце XVII в. русскими как «шпажное искусство» в виде спортивного развлечения для царей, придворных и дворянства.

К концу XVII в. в связи с укреплением централизованного государства России, борьбой за дальнейшее усиление его экономического и военного могущества физическая культура дворянства теряет связь с народной физической культурой и начинает тяготеть к западноевропейским ее образцам. Фактором сохранения военного могущества России являлись бытовавшие среди народа исконно русские общенародные игры, состязательные упражнения и молодецкие забавы.

При Петре Первом русская армия стала по боевой выучке лучше, чем армии Европы. Первостепенное значение Петр Первый придавал рукопашному бою. Учтя старинные традиции рус-кого народа — решать бой в рукопашной схватке, Петр Первый превратил штык в мощное наступательное оружие, тогда как в европейских армиях штык был только оборонительным оружием.

В военных уставах Петра Первого значительное место было отведено приемам штыкового боя и введены новые команды: «Мушкет перед себя», «Мушкет на руку», «В четыре оборота коли» и др. Интересно предписание Петра Первого драгунским войскам: «Отнюдь из ружей не стрелять прежде того, как неприятеля в конфузию не приведут, но с едиными шпагами наступать».

В эпоху Петра Первого фехтование на шпагах становится обязательным занятием придворных (рис. 23). Посылаемые Петром Первым с целью получения образования в Англию, Италию, Испанию, Голландию русские дворяне изучали там также и фехтование.

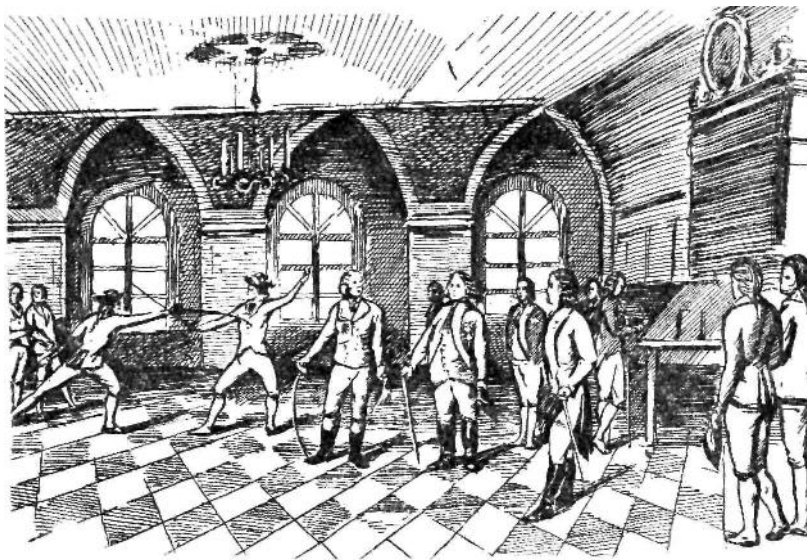


Рис. 23. Урок фехтования на рапирах в петровское время

В учебную программу организованной в Москве Петром Первым в 1701 г. школы математических и навигационных наук была введена как обязательный предмет «рапирная наука». Для занятий этой «наукой» в Сухаревой башне был специальный фехтовальный зал и приглашены преподаватели-иностранцы. Успехи в фехтовании ценились в этой школе настолько высоко, что за них выдавали дополнительное жалование. В одной из гимназий, открытой в 1708 г., «рапирная наука» была также включена в учебную программу.

«Рапирная наука» была введена как обязательный предмет и в Морской академии наук, основанной в 1719 г. в Санкт-Петербурге. Преподавателями фехтования в ней были также иностранцы.

В литературе того времени фехтование признавалось как одно из средств воспитания подрастающего поколения дворянского сословия. Так, Федором Салтыковым в 1712 г. был предложен Петру Первому проект («пропозиция») дворянского учебного заведения — академии, в учебную программу которого входило как обязательный предмет фехтование. В 1717 г. было издано руководство для дворянской молодежи под названием «Юности честное зеркало или указание к житейскому обхождению», в котором говорилось: «Младший шляхтич или дворянин, ежели к экзерциции своей совершенен, а наипаче в языках, в конной езде, танцевании, в шпажной битве и может добрый разговор учинить, к тому же красноглазлив и в книгах научен, оный может с такими недостатками придворным человеком быть».

После смерти Петра Первого в русскую армию стали проникать принципы, характерные для прусской наемной армии. Однако передовые русские люди противились этому. Одним из них был фельдмаршал П. А. Румянцев. В учрежденном в 1731 г. Шляхетском корпусе было сохранено шпажное искусство.

Во второй половине XVIII в. в России возникла отечественная система военно-физической подготовки в борьбе против попыток насадить в русской армии порядки, характерные пруссачеству. Основоположителем этой системы был генералиссимус А. В. Суворов (1730—1800).

В основе наступательной стратегии Суворова лежала тактика быстрого, стремительного преодоления солдатами огневой зоны и следующего за ним мощного штыкового удара. Этим объясняется то чрезвычайно большое место, которое отводилось Суворовым для подготовки солдат к штыковому бою. Основные положения суворовской школы воспитания русского солдата отражены в известной книге Суворова «Полковое учреждение» (1762—1768) и в его знаменитой «Науке побеждать» (1796—1799).

Русский флотоводец Ф. Ф. Ушаков (1745—1817) создал аналогичную по своей направленности систему обучения военных моряков. Составной частью этой системы было обучение моряков штыковому бою.

В середине XVIII столетия фехтовальный спорт культивируется в военных учебных заведениях, некоторых университетах и гимназиях. Так, в Казанской гимназии (1758) «умение фехтовать» входило в обязанность учеников, а по праздникам и в торжественных случаях гимназисты участвовали в показательных состязаниях по фехтованию, носящих в то время название «ассо».

Однако в большинстве гимназий учащиеся фехтованием не занимались. Фехтование было распространено только среди привилегированных слоев населения, в народных училищах оно полностью отсутствовало. Среди трудового населения в России, особенно на Урале, бытовало известное исстари фехтование на палках.

Первая в России книга по фехтованию «Искусство фехтовать во всем его пространстве, новое описание со всеми нужными познаниями, как хорошо владеть шпагою» вышла приблизительно в 1795—1796 гг. Автор ее преподаватель фехтования Фишер проработал в России более 30 лет. Книга эта была в свое время единственным руководством по фехтованию на русском языке и сыграла положительную роль в деле освоения фехтовального спорта и пропаганды его в России. Этот печатный труд посвящен фехтованию на рапирах и отражает взгляды на технику и тактику, присущие французской школе фехтования XVIII в.

Одной из форм организации занятий любителей фехтования в России того времени были частные фехтовальные училища и частная практика преподавателей фехтования, содержавших для этой цели специальные залы. Проникало фехтование и в университеты. Так, с 1812 г. оно вошло в программу Харьковского университета, а с 1835 г. — Гельсингфоргского.

В начале XIX столетия из русских фехтовальщиков выделяются блестящие мастера и преподаватели Тарасов и Данилов. Особенно значительную роль в развитии отечественного фехтования сыграли русские мастера Соколов, а затем Сивербрик. В 1843 г. Соколов написал книгу под названием «Начертания правил фехтовального искусства», где изложил технику фехтования и методику обучения. Книга Соколова была первой по фехтованию, написанной русским автором. Сивербрик начал преподавать фехтование с 18-летнего возраста. Неутомимый пропагандист фехтования, он вел широкую учебную работу и в 1821 г. организовал на базе Константиновского военного училища в Петербурге школу помощников преподавателей фехтования. Школа эта готовила отечественные кадры преподавателей фехтования для кадетских корпусов. К тому времени в Россию стала проникать итальянская школа фехтования, под влиянием которой был и Сивербрик. В 1852 г. Сивербрик, которому уже было присвоено звание профессора фехтования, издал «Руководство к изучению фехтования на рапирах и эспадронах». В учебнике автор дал развернутую и во многом оригинальную методику обучения фехтованию на этих видах оружия. Сивербрик не ограничился только изложением основ фехтования господствовавшей тогда в России итальянской школы. Его труд был серьезной и удачной попыткой критической переработки чужого исторического наследия и обоснования отечественной методики преподавания фехтования.

Таким образом, в первой половине XIX в. в России зародилась отечественная методика обучения фехтованию (Соколов, Сивербрик). К этому времени фехтование уже вышло за пределы столицы и начинало развиваться в Москве, Смоленске, Твери, Риге, Вильно, Севастополе, Томске, Омске и других городах России.

Во второй половине XIX в. в России шло дальнейшее развитие фехтования среди дворянства, особенно офицерства и отчасти привилегированных слоев населения. Фехтование постепенно проникало в высшие учебные заведения и гимназии. Однако дворянское сословие по-прежнему почти монопольно пользовалось этим видом физических упражнений для воспитания своей молодежи. С этой целью были открыты: в Петербурге в 1851 г. для офицеров гвардии Императорский фехтовальный зал, где преподавал Сивербрик, в 1857 г. — офицерский фехтовально-гимнастический зал, расположенный в Инженерном павильоне, и в 1890 г. в Варшаве — военно-фехтовальный гимнастический зал.

Официальные состязания по фехтованию на звание чемпиона России начались с 1860 г. Условия завоевания этого звания были чрезвычайно трудными: необходимо было выиграть первый приз два года подряд. Участниками соревнований были почти исключительно офицеры российской армии.

Вплоть до конца XIX столетия фехтование в среде гражданской части горожан в России развивалось чрезвычайно медленно. Состязания проводились редко. Мало было мест для занятий фехтованием. В 1890 г. в Москве работали всего только три частных фехтовальных зала.

В начале XX столетия возникают военные курсы для подготовки преподавателей фехтования. Так, в 1908 г. в Петербурге открылись офицерские окружные курсы, а позже при них начали работу курсы для унтер-офицеров. Через год курсы были реорганизованы в Главную гимнастическо-фехтовальную школу. В 1910 г. открылась Московская военная фехтовально-гимнастическая школа.

Слушатели курсов стали преподавателями фехтования в Петербурге, Москве, Твери, Харькове, Чугуеве, Туле, Коломне, Таганроге, Рыбинске, Томске, Смоленске, Киеве, Одессе, Вильно, Риге и других городах. Из слушателей военных курсов выделились талантливые русские фехтовальщики, впоследствии мастера спорта: В. М. Захаров и Т. И. Климов.

В связи с увеличением отечественных кадров преподавателей любительское фехтование в начале XIX столетия получает несколько большую возможность развития. Основанная в Петербурге в 1911 г. спортивная студенческая лига стала проводить каждый год состязания по фехтованию на рапирах и саблях. Ежегодные соревнования проводились и на первенство высших учебных заведений Петербурга и среди воспитанников военных училищ. Так, в 1908 г. в Одессе состоялся первый фехтовальный турнир высших учебных заведений. Всероссийское состязание по фехтованию было проведено впервые в 1912 г. в Киеве. В числе участников состязаний выступали и женщины.

В этом же году русские фехтовальщики приняли участие в V Стокгольмской олимпиаде. Команда была

составлена из лиц офицерского состава российской армии. Представитель России на Олимпийских играх Г. Дюпперон писал в своих записках, что «в составе фехтовальщиков мы не много надеялись на успех». И действительно, ни один фехтовальщик от России не смог занять классного места. Тот же Г. Дюпперон так объяснял неуспех русских фехтовальщиков: «Причина простая — наши не умеют состязаться. Отлично фехтуют, но с противником теряются...» Констатируя факт неудачи, олимпийский представитель России все же не раскрывает истинных причин ее, которые заключались, во-первых, в том, что узость круга лиц, занимавшихся фехтованием, «е содействовала отбору действительно талантливых спортсменов, во-вторых, в том, что русские фехтовальщики не имели широкого и систематического спортивного общения с зарубежными фехтовальщиками, и, в-третьих, в том, что все занятия фехтованием в то время носили сухой, «академический» характер.

Этот фехтовальный академизм, насаждаемый иностранными учителями фехтования, выражался в том, что почти все обучение фехтованию сводилось к выработке технических навыков выполнения приемов в урочной обстановке.

Фехтование было включено в программы российских олимпиад 1913 г. (Киев) и 1914 г. (Рига). В период первой мировой войны затормозилось развитие фехтовального спорта в России.

Особое место в истории развития фехтовального спорта в России занимает фехтование на штыках, являющееся отечественным видом спорта, возникшим на основе искусства штыкового боя, которым славились русские войска. Этот вид фехтования был свободен от иноземного влияния и развивался самостоятельно, в основном среди солдатских масс.

Фехтование на штыках к концу XVIII в. поднялось у нас до уровня технической виртуозности и тонкого тактического искусства.

В дореволюционной России четко обозначились две линии в развитии спортивного фехтования на легком классическом оружии — рапира и сабля: аристократическая — офицерская и простонародная — солдатская. Работавшие в России иностранные учителя, обучая фехтованию офицерство и немногих избранных из солдатского состава армии, из которых они готовили себе помощников — мониторов, насаждали итальянскую « французскую фехтовальную школы. Офицерство, в среде которого имело место преклонение перед западноевропейской дворянско-буржуазной культурой, обыкновенно без критики воспринимало фехтовальную премудрость классических школ фехтования. Немногочисленные же фехтовальщики на легком оружии, вышедшие из простого народа, из нижних военных чинов, не могли противопоставить иностранным учителям своих, теоретически обоснованных положений. Однако своей блестящей спортивной практикой эти люди утверждали отечественное фехтование, преодолевающее косность приемов и правил иностранных школ, которым их обучали. Лучшим из аристократической группы фехтовальщиков был офицер Шкилев, который героически погиб с шашкой в руках в империалистическую войну 1914 г., зарубив в рукопашной схватке девятых немецких солдат. Отличными бойцами из простого народа были успешно выступавшие на международных соревнованиях П. А. Заковорот и Т. И. Климов, а также не уступавшие им в искусстве владения холодным оружием В. М. Захаров, О. С. Агафонов и ряд других русских мастеров фехтования. Многие из них пытались противопоставить догматизму фехтовальной классики здравый смысл и острый ум русского человека.



Рис. 24. В. Захаров — заслуженный мастер спорта



Рис. 25. Т. Климов — заслуженный мастер спорта, один из лучших фехтовальщиков и тренеров дореволюционной России, первый чемпион Советского Союза



Рис. 26. П. Заковорот — заслуженный мастер спорта, один из лучших фехтовальщиков и тренеров дореволюционной России, имевший успехи в международных соревнованиях

ФЕХТОВАНИЕ В СОВЕТСКОМ СОЮЗЕ

После Великой Октябрьской революции все виды спорта стали достоянием трудящихся нашей страны, широко вошли в быт народа, сделались его культурной потребностью. Спорт и физическая культура стали делом государственной важности.

Советские люди приняли историческое спортивное наследие и стали творчески его перерабатывать. Древнюю форму «классического фехтования» Они наполнили новым содержанием, под воздействием которого сама форма претерпела существенные изменения. Фехтование на легком оружии из галантной забавы и средства воспитания воинствующей аристократической молодежи превратилось у нас в действенное средство воспитания творчески активного советского человека-борца.

В первые же годы после революции фехтование было включено в систему военного обучения. Изданный в 1917 г. Устав Красной гвардии предписывал проводить боевую подготовку дружин по разделам: «... а) оружейные приемы, учебная стрельба, фехтование, гимнастика и строй; б) приемы уличного боя...» (§ 6, п. 2 Устава).

По инициативе В. И. Ленина 22 апреля 1918 г. Всероссийский Центральный Исполнительный Комитет Совета рабочих, солдатских и крестьянских депутатов издал декрет об обязательном обучении военному искусству. Система Всевобуча отразила в себе лучшие традиции русского народа и героического рабочего класса, ведущего под руководством нашей родной Коммунистической партии борьбу с интервентами и внутренней контрреволюцией за молодую советскую республику. Непосредственным организатором Всевобуча был соратник Ленина Н. И. Подвойский. В задачу Всевобуча входила подготовка резервов Красной Армии из рядов допризывной молодежи. Большое внимание при военной подготовке уделялось обучению приемам штыкового боя. Составной частью всеобщего военного обучения была физическая подготовка, одним из средств которой являлось фехтование.

Всевобуч в те годы разрешал не только задачу подготовки допризывной молодежи к обороне социалистической Республики, но и задачу развертывания массового советского физкультурного движения. Под руководством Коммунистической партии, при деятельной помощи Комсомола Всевобуч вел жестокую борьбу с контрреволюционными элементами, пытавшимися использовать спортивные организации для подрыва пролетарского единства в рядах молодежи.

В апреле 1918 г. были открыты первые советские курсы гимнастики и фехтования для командного состава и рядовых бойцов. В июне того же года в Петрограде по приказу Народного Комиссариата по военным делам была открыта Главная гимнастическо-фехтовальная школа. Год спустя в Москве была сформирована Главная военная школа физического образования трудящихся. Эти школы заложили начало обобщения и научной разработки техники и методики обучения фехтованию. Первыми преподавателями в новых школах были преданные делу социалистической революции бывшие офицеры и учителя фехтования старой России: С. Агафонов, А. Галкин, Г. Дробышев, В. Житков, П. Заковорот, В. Захаров, Т. Климов, Л. Ковалев, П. Малахов, Л. Монахов, А. Мордовии, В. Самойлов и др.

С 1922 г. в программы губернских «Олимпиад» включаются соревнования по фехтованию. В 1923 г. уже работают кружки фехтования в спортивных организациях «Муравей» (Москва), при Электротехническом институте в Петрограде, при Военной академии им. Фрунзе, в спортивном обществе «Динамо» в Москве и других физкультурных коллективах.

Уделяя большое внимание физическому воспитанию подрастающего поколения и развитию физической культуры и спорта среди всего населения нашей Родины, ЦК Коммунистической партии 13 июля 1925 г. выносит историческое постановление о задачах развития советской физической культуры. Это постановление позволило преодолеть ряд вредных для развития физической культуры (В СССР уклонов отдельных работников этой области и спортивных организаций).

Характерной чертой этих лет было стремление к количественному расширению фехтования и вступление в семью опытных тренеров дореволюционной России молодых советских преподавателей фехтования и тренеров. Увеличению массовости занятий фехтованием содействовала сама система всеобщего военного обучения (Всевобуч), широко открывавшая двери своих спортивных клубов и площадок для молодежи — людей допризывного возраста.



Рис. 27. Ю. Мордовин — заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер Советского Союза



Рис. 28. Ю. Хозиков — заслуженный мастер спорта СССР



Рис. 29. К. Булочко — заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер Советского Союза, многократный чемпион СССР на всех видах оружия



Рис. 30. В. Андриевский — мастер спорта и заслуженный тренер Советского Союза, чемпион СССР по фехтованию на саблях

Первыми советскими фехтовальщиками, вступившими на путь преподавательской и тренерской деятельности, были братья Б. и В. Аркадьевы, Ю. Мордовин, Л. Жебрыков, Ю. Хозиков, несколько позже К. Булочко, Р. Чернышева, В. Андриевский, В. Сергеев и др. Молодые педагоги, обучая новичков, широко применяли групповой метод обучения, внося в него много нового, оригинального. Интересен был опыт массового обучения в ЦПК и О им. Горького, проведенный Ю. Хозиковым. Много и плодотворно поработали над методикой групповых занятий К. Булочко, В. Андриевский, В. Аркадьев, Р. Чернышева.

Накопленный к этому времени методический и практический опыт позволяет издать первое советское учебное пособие по фехтованию «Владение холодным оружием», являющееся частью комплекса официальных руководств, объединенных общим названием «Физическая подготовка Рабоче-Крестьянской Красной Армии и допризывной молодежи».

Проведенные в 1923 г. розыгрыши первенств Москвы, Ленинграда, первенств гарнизонов и военных округов содействуют росту числа фехтовальщиков и повышению их класса. Первая междугородная встреча фехтовальщиков Москвы и Ленинграда закончилась победой москвичей. В 1927 г. выходят в свет первые советские правила судейства по фехтованию. Значительный толчок дальнейшему развитию фехтования дала Российская спартакиада 1928 г., где в розыгрыше лично-командного первенства СССР участвовали 167 спортсменов, представлявших 13 республик и областей. Женщины выступали в количестве 9 человек. Разделение участников соревнования по территориальному признаку на две группы — А и Б не позволило выявить «и личных, ни командных чемпионов страны».

В последующие примерно 5 лет фехтование в СССР переживало упадок вследствие ошибочных взглядов на этот вид спорта некоторых руководителей физической культуры, считавших его устаревшим, а поэтому и ненужным. Спортивная фехтовальная жизнь почти замерла. Второе первенство СССР в неполноценной форме «слета мастеров» удалось провести лишь в 1935 г. Чемпионами страны стали по рапире и сабле — Т. Климов, по штыку — Л. Жебрыков и среди женщин — Е. Гречманова.

Наиболее интересным спортивным событием последующих лет были встречи советских и турецких фехтовальщиков в 1935 и 1936 гг., в которых заслуженный мастер спорта Т. И. Климов провел без поражений все свои бои. Зарубежная печать называла Климова представителем совершенного стиля фехтовального боя. Переломным следует считать 1935 г. С этого времени начинается подъем в развитии советского фехтования. Более 10 городов в этом году разыграли свои первенства по фехтованию на саблях, рапирах и штыках. Соревнования эти привлекли в секции фехтования новую молодежь, и только в первенстве Ленинграда тогда участвовало свыше 120 спортсменов. Соревнования в Москве, Харькове, Киеве, Баку, Смоленске и других городах показали, что наши мастера в поисках новых методов и форм работы стоят на верном пути создания стиля боя, соответствующего психологии советского человека.

Именно в эти годы из молодежи выдвигаются одаренные фехтовальщики, будущие чемпионы СССР: В. В. Вышпольский, И. М. Тарасов, И. А. Комаров, М. В. Сазонов, В. А. Андриевский, А. Н. Пономарев и Р. И. Чернышева. Передовые педагоги-тренеры создают детские спортивные школы, и первая опытная работа в этом направлении заслуженного мастера спорта К. Т. Булочко в Ленинграде дала хорошие результаты. Детские школы открываются не только в Москве, но и в Алма-Ате, Харькове, Ростове-на-Дону. Три новые школы возникают в Ленинграде.



Рис. 31. В. Аркадьев — заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер Советского Союза, подготовивший многих мастеров — членов сборной команды СССР



Рис. 32. Р. Чернышева — заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер Советского Союза, трехкратная чемпионка СССР



Рис. 33. В. Вышпольский — мастер спорта, многократный чемпион Советского Союза на всех видах оружия



Рис. 34. И. Манаенко — мастер спорта, трехкратный чемпион СССР, заслуженный тренер, подготовивший многих мастеров — членов сборной команды Советского Союза

Третья традиционная матчевая встреча четырех городов — Москвы, Ленинграда, Харькова, Смоленска, — состоявшаяся в 1937 г., показала, что коллектив фехтовальщиков города Ленина становится сильнейшим в стране. Критический подход к историческому наследию, исключая бездумное принятие ценностей предшествующей культуры, развился в эти годы в особое направление в фехтовании, иронически окрещенное его противниками «новаторским». В свою очередь, «новаторы» называли своих противников также не без иронии «классиками». Последние утверждали, что исторические школы фехтования французская и итальянская, созданные во времена большого прикладного значения владения холодным оружием и обобщающие опыт многих десятилетий успешной спортивной практики, совершенны, поэтому они должны быть восприняты без изменений советскими

фехтовальщиками. «Новаторы» утверждали, что в классических школах фехтования много догматизма, много освященных стариной традиций и мало рациональной естественности и научности. «Новаторское» течение возглавляли В. Аркадьев, К. Булочко, А. Пономарев и И. Манаенко.

Фехтовальную классику защищали и утверждали В. Андриевский, А. Богданов, Т. Климов, Р. Чернышева и др. Борьба направлений носила весьма упорный характер, возникали ожесточенные споры и полемические выступления в спортивной печати. Активнее в это время были «новаторы». Однако спортивные результаты не давали заметного преимущества фехтовальщикам какого-нибудь одного направления. Безрезультатность борьбы обуславливалась еще тем обстоятельством, что советские фехтовальщики в это время не имели международных спортивных связей с лучшими зарубежными представителями фехтовального спорта. Не имея представления о действительном международном соотношении сил, «новаторы» отвлеченно, исходя из общих принципов передовой советской системы физического воспитания, переоценивали силу советского фехтования и преждевременно выдвинули идею становления советской школы фехтования. Борьба этих двух направлений, несмотря на то, что их представители нередко впадали в крайности, содействовала развитию теории советского фехтования. В дальнейшем под влиянием выхода советских фехтовальщиков на международную арену и общения с лучшими зарубежными спортсменами представители обоих направлений сумели отойти от своих ошибочных убеждений и более реально оценить то положительное, чем они обладали. В результате борьба перестала носить остро полемический характер и в последнее время совсем прекратилась: этому в большой мере содействовала установка на допустимость в работе тренеров оттенков в понимании (различных сторон фехтования при сохранении основной линии советского спорта, исходящей из данных передовой советской педагогики и физиологии).

В 1938 г. выходит в свет «Наставление по подготовке к рукопашному бою РККА». Кафедры фехтования Московского и Ленинградского институтов физической культуры ведут углубленную исследовательскую работу над вопросами техники фехтования, прикладных видов фехтования и методики обучения им.

Первенство СССР 1938 г., по счету третье, проводилось в Москве. Участвовали в нем 47 мужчин и 20 женщин. В программу первенства впервые было включено фехтование на шпагах (без электрофиксатора).

В том же году на юбилейной спартакиаде Красной Армии, Военно-Морского Флота и общества «Динамо» впервые применялась фехтовальная винтовка, соответствующая габаритам боевой винтовки. О необходимости усилить внимание военно-прикладным видам спорта напоминал приказ Всесоюзного комитета по делам физической культуры и спорта № 634 от 13 октября 1938 г. К этому времени относится и первое соревнование по военизированному двоеборью, спортивному рукопашному бою. В 1939 г. в Горьком впервые прошло лично-командное первенство СССР по спортивному рукопашному бою, состоящему из фехтования на эластичных штыках в круге и преодоления 150-метровой полосы препятствий. Это двоеборье сыграло в дальнейшем немалую роль при подготовке боевых резервов Советской Армии.

Одновременно в Киеве было разыграно первенство СССР по фехтованию. На этих соревнованиях молодежь успешно боролась с представителями старшего поколения мастеров: в фехтовании на саблях и рапире победил В. Вышпольский, на штыках — К. Булочко.

В 1940 г. издается учебник для институтов физической культуры под названием «Фехтование и рукопашный бой» под общей редакцией К. Булочко, В. Добровольского и А. Пуни. Книга эта, несмотря на различного рода погрешности, связанные с молодостью советского фехтования, была всеобъемлющим трудом, освещающим все стороны фехтования и подготовки к рукопашному бою, и, долгое время являясь настольной книгой преподавателей фехтования, сыграла большую роль в становлении советской теории фехтования.

Наивысшего подъема в предвоенный период фехтование и спортивный рукопашный бой достигают в 1941 г., когда более чем в 30 спортивных обществах и ведомствах секции фехтования и рукопашного боя стали основными наравне с гимнастикой и легкой атлетикой.

Фехтование нашло свое место во Всесоюзном физкультурном комплексе «Готов к труду и обороне СССР», являющемся основой советской системы физического воспитания.

Проникая в массы, фехтование как оборонный вид спорта развивается и в национальных республиках, пославших свои команды на первенство СССР 1940 г. В личных соревнованиях по спортивному рукопашному бою победителем тогда вышел талантливый мастер динамовец П. С. Гришков, командное первенство завоевал коллектив Центрального Дома Красной Армии.

20 июня 1941 г. в Москве закончился матч семи городов с участием фехтовальщиков Эстонии, Латвии, Западной Украины. Этими состязаниями завершился предвоенный период развития советского фехтования.

Великая Отечественная война высоко подняла значение фехтования и в особенности спортивного рукопашного боя. Спортсмены фехтовальщики и рукопашники в годы войны посвящают себя делу подготовки боевых резервов Красной Армии, работают по переподготовке воинов в прифронтовой полосе и на передовых позициях. Преподаватели и студенты институтов физической культуры подготовили сотни тысяч бойцов-рукопашников. Допризывники бойцы и офицеры проходили боевую выучку, овладевая приемами боя, винтовкой со штыком, коротким оружием, действием невооруженного против вооруженного. На полях сражений была снова подтверждена грозная сила русского рукопашного боя.

В первые годы войны несколько сократилась, но не замерла спортивная работа. В 1942 г. разыгрывается первенство крупнейших городов и резервных соединений Советской Армии по спортивному рукопашному бою; победитель первенства — команда «Динамо». П. Васильев становится чемпионом страны по рукопашному бою (1943 г., Челябинск).

Первенство страны по спортивному рукопашному бою разыгрывается в 1944 и 1945 гг. На последнем выиграл первое место ленинградец капитан К. Туманов, а москвич капитан Д. Циба установил новый рекорд СССР

по преодолению полосы препятствий — 51,3 сек.

Характерной для советского фехтования была в то время тяга рукопашников и штыкистов к «классическим» видам фехтования. Так, П. Гришков, К. Туманов, А. Скуратов, Г. Кузнецов, К. Кокорев, добившись больших успехов в фехтовании на штыках, успешно овладевают и мастерством фехтования на рапирах и саблях. На восьмом первенстве Советского Союза по фехтованию в 1945 г. впервые завоевала звание чемпионки СССР А. М. Пономарева, ныне заслуженный мастер спорта, ставшая затем надолго недосягаемым образцом женского фехтования.



Рис. 35. П. Гришков — заслуженный мастер спорта, четырехкратный чемпион Советского Союза по фехтованию на штыках



Рис. 36. А. Пономарева — заслуженный мастер спорта, пятикратная чемпионка Советского Союза

В послевоенное время советские фехтовальщики успешно осваивают бой на шпагах, не практиковавшийся у нас до 1939 г. В эти годы общество «Динамо» становится в ряд передовых организаций по фехтованию. С 1944 г. налаживается проведение календаря всесоюзных мероприятий по фехтованию. Первенства страны, личные, командные и лично-командные, став ежегодными, последовательно проводятся в разных городах Советского Союза. В командных соревнованиях по территориальному признаку [неизменно первенствуют команды Москвы, в междуведомственных состязаниях — команды «Динамо».

В 1948 г. (27 декабря) Центральный Комитет Коммунистической партии выносит постановление «О ходе выполнения Комитетом по делам физической культуры и спорта директивных указаний Партии и Правительства о развитии массового физкультурного мастерства советских спортсменов». Это постановление дало программу устранения ряда недостатков в организации физкультурного движения нашей страны и значительно оживило работу в области развития фехтовального спорта.

XI съезд ВЛКСМ (1949) отметил в своих постановлениях необходимость широкого развития физической культуры и спорта как одного из условий успешного выполнения задач коммунистического воспитания молодежи, укрепления ее здоровья и подготовки к труду и защите Родины. Съезд указал на то, что комсомольцы должны быть активными организаторами и участниками физкультурного движения.

В 1947, 1948 и 1950 гг. после длительного перерыва состоялись первенства Вооруженных Сил СССР по фехтованию, которым предшествовали соревнования военных округов с участием свыше 4000 фехтовальщиков. В 10 республиках прошли учебные сборы и судейские семинары. Организуются секции фехтования в спортивных школах молодежи Москвы, Ленинграда, Риги, Харькова, Львова и многих других городов. В 1946 г. в Риге в командном первенстве СССР участвовало 190 человек. В закончившихся 24 октября 1947 г. командных состязаниях на первенстве СССР участвовало около 200 человек, представлявших 12 республик, Москву и Ленинград.

На физкультурных парадах фехтовальщики институтов физической культуры им. Сталина и им. Лесгафта, спортсмены «Трудовых резервов» и национальных республик демонстрировали свои достижения в овладении фехтованием; продолжало расти число разрядников фехтовальщиков. Например, в обществе «Динамо» к тому времени было около 7000 фехтовальщиков, среди которых насчитывалось 29 мастеров спорта, 186 человек первого и 718 человек второго спортивных разрядов.

Весной 1948 г. было проведено в Москве первое лично-командное юношеское первенство СССР по фехтованию. Командное первое место завоевали москвичи, занявшие и большинство личных первых мест.

За 1948—1951 гг. происходит дальнейшее выдвигание молодежи и окончательное освоение фехтования на шпагах. Командное и личное первенства СССР этих лет показывают рост мастерства молодых фехтовальщиков.

В 1949 г. активизируется работа в Ленинграде, фехтовальщики которого выиграли командную встречу со спортсменами столицы. В Ленинграде проводятся отдельно командное и личное первенства города с участием более 200 человек. Матч трех городов — Москвы, Ленинграда и Минска в 1950 г. приносит успех спортсменам столицы, выигравшим первое место, и команде Минска, занявшей второе место.

В Ленинграде проводится всесоюзный сбор тренеров и судей. В Минске вошли в практику ежемесячные классификационные состязания на открытой дорожке. Второе и третье лично-командные всесоюзные юношеские

первенства СССР в Харькове и Воронеже снова принесли заслуженные общие победы москвичам. Среди последних особенно отличились юные динамовцы (тренер заслуженный мастер спорта Р. И. Чернышева). Личные и командные первенства СССР по территориальному признаку и по ведомствам стали ежегодными. Вошли в традицию состязания между городами. Расширился контингент занимающихся, увеличилось число разрядников, выросло мастерство владения всеми видами оружия. Каждый год стали выдвигаться в чемпионы новые люди, что свидетельствовало о повышающемся спортивном уровне мастеров фехтования.



Рис. 37. Н. Шитикова — заслуженный мастер спорта, трехкратная чемпионка СССР, чемпионка мира командных соревнований 1956 г



Рис. 38. Л. Сайчук — мастер спорта, двукратный чемпион СССР по фехтованию на саблях и шпагах



Рис. 39. А. Иванов — заслуженный мастер спорта, четырехкратный чемпион СССР по фехтованию на штыках

В последующие годы расширяется учебно-тренировочная работа по фехтованию среди детей и юношества, особенно на Украине и в Грузии. Так, в 1951—1952 гг. командное юношеское первенство завоевали фехтовальщики Украинской ССР. В 1953 г. на первое место вышла команда юных фехтовальщиков Грузинской ССР.

Многолетний спортивно-педагогический опыт советского фехтования к 1951 г., т. е. к моменту, когда советские фехтовальщики впервые стали на поле боя лицом к лицу с сильнейшими фехтовальщиками мира — венгерскими мастерами клинка, облекался в теорию отечественного фехтования, базирующуюся на научной основе советской системы физического воспитания. Однако развитие советского фехтования шло в отрыве, в стороне от международного фехтования. Решение правительства об участии советских спортсменов в XV олимпийских играх в Хельсинки (Финляндия) обусловило встречу советских фехтовальщиков сразу же с прославленными венгерскими фехтовальщиками.

Первая же встреча советских фехтовальщиков с зарубежными мастерами выявила самобытность развития отечественного фехтования. Венгерские фехтовальщики и тренеры показали советским спортсменам и их учителям новое для них международное фехтование, существенно отличающееся от советского по характеру и уровню мастерства. Стало очевидным, что советское фехтование, не соприкасавшееся с передовым европейским с 1912 г., т. е. со времени участия российских фехтовальщиков в Стокгольмской мировой олимпиаде, пошло своим путем, отличным от международного. Достаточно сказать что советские фехтовальщики, тренеры и судьи по своему трактовали международные правила судейства, более того, не знали их как следует и не были знакомы с традиционной практикой их применения в международном фехтовании. А спортивная практика, как известно, всегда приспосабливается к правилам судейства, строго соответствуя им.

Венгерские фехтовальщики одержали разгромные победы над советскими на всех видах оружия. Советские фехтовальщики оказались не приспособленными к борьбе с противниками другого, незнакомого им склада и, кроме того, были просто слабее в тактике и особенно в технике. Конкретно слабость советских фехтовальщиков выражалась в следующем:

Техника — жесткость, однообразие темпа и скованность всех движений; грубая ударность защит, чрезмерно широкая боевая стойка, однохарактерность приемов маневрирования, неточность ударов — уколов. Неприспособленность парадов к использованию противником в ударах гибкости клинка.

Тактика — не острое «чувство боя», приводящее к постоянным ошибкам в оценке боевых моментов. Стремление только к скоростным, одиночным атакам наверняка и в связи с этим пониженная способность развивать успех и тем более выходить победителем из завязок. Ненадежность защиты, заставлявшая почти все бои проводить в отступлении и у задней границы поля боя. Чрезмерная преднамеренность действий и в связи с этим выжидательный, бедный, а не творчески активный, разнообразный характер боя.

В методике тренировки советских тренеров обнаружилась недостаточная забота о снятии закрепощенности мускулатуры и выработке мягкости движений, недостаточность внимания к развитию тонкости «чувства железа», управлению ритмом и быстротой движений оружием и передвижений. Советские тренеры не уделяли должного внимания постановке защит и развитию способности действовать не на заказ, а в строгом взаимодействии с противником. Надежды поборников преждевременно созданной советской школы фехтования на все

побеждающий атлетизм советских фехтовальщиков разбили о большое фехтовальное мастерство, соединенное со специализированным проявлением хорошо развитых физических качеств. «Новаторство» получило осуждение и даже в тех моментах, которые представляли в нем положительное зерно. Но возврат к прошлому, к фехтовальному академизму был уже невозможен, так как опыт первой встречи, несмотря на весьма неутешительный спортивный результат, подсказывал новую творческие пути развития советского фехтования.

До участия в XV Олимпийских играх оставалось полтора года; надо было срочно перестраиваться и повышать мастерство. Дружескую помощь в этом деле оказывали советским фехтовальщикам и тренерам венгерские мастера и учителя фехтования. Тем не менее, полтора лет, несмотря на интенсивную тренировочную работу советских спортсменов и тренеров, оказалось недостаточно для подготовки успешных спортивных выступлений на Олимпиаде в Хельсинки. Все три команды Советского Союза: рапирная, сабельная и шпажная — выбыли из соревнований с первых встреч. Из личников только два человека добрались до полуфинала. В дальнейшем спортивный рост советских фехтовальщиков апробировался в основном в периодических встречах с венгерскими фехтовальщиками, ставшими для них своего рода эталоном международного мастерства. Перестройка тренировочной работы в плане главным образом постановки солидной технической школы как в отношении формы движений, так и овладения способностью управлять быстротой, ритмом, степенями мышечных напряжений и характером движений постепенно начала сказываться в соревновательной практике лучших советских мастеров.

Первенство СССР по фехтованию 1952 г. в Киеве уже показало явный сдвиг в технике наших фехтовальщиков, особенно саблистов, которые переняли некоторые положительные моменты, характеризующие лучшее в мире венгерское фехтование на саблях. Состязания по фехтованию на шпагах на этом первенстве впервые проводились с применением фиксаторов. В 1953 г. продолжается дальнейшее изживание недостатков советского фехтования. Большинство мастеров перешло на систематическую круглогодичную тренировку, достижение технического мастерства стало первой и неотложной заботой тренеров. Командное и личное первенства СССР этого года, проведенные в Харькове, свидетельствовали о дальнейшем росте фехтовального спорта, особенно среди саблистов и женщин. Командное первенство было убедительно завоевано фехтовальщиками Москвы, на второе место вышла команда Ленинграда. Непосредственно после первенства состоялась конференция для обобщения опыта международных встреч наших фехтовальщиков.

Всесторонне обсужденный опыт нашел свое воплощение в изданном в 1954 г. учебном пособии для институтов физической культуры под названием «Фехтование». Авторы книги В. Аркадьев и В. Андриевский попытались сделать передовой опыт сильнейших советских фехтовальщиков и опытных тренеров достоянием всех изучающих фехтовальный спорт в Советском Союзе.

Совместные тренировки советских и венгерских фехтовальщиков в 1953 г. и их товарищеские встречи показали значительный рост мастерства советских женщин-фехтовальщиц и саблистов и отставание от них фехтовальщиков на рапирах и шпагах. В 1953 г. впервые за годы проведения командных первенств СССР по ведомствам потерпели поражение фехтовальщики «Динамо», уступившие первое место фехтовальщикам Советской Армии.

В последующие годы техническое и тактическое совершенствование сочеталось с приобретением опыта международных встреч. Росло и методическое мастерство советских тренеров. Вполне уяснив специфику сильнейшего в мире европейского фехтования, обусловленную как самими международными правилами судейства, так и характером их трактовки и применения и творчески восприняв и развив все положительное, чего не доставало им, советские тренеры двинулись в наступление. Наибольших успехов в деле воспитания мастеров высокого класса достигли И. Манаенко — старший тренер ДСО «Динамо» и В. Аркадьев — старший тренер Центрального спортивного клуба Министерства Обороны. Упорная, вдумчивая круглогодичная тренировочная работа начала постепенно приносить свои плоды. Все труднее становилось венгерским мастерам побеждать наших фехтовальщиков. Сначала успехи были совсем скромными. Так, в 1954 г. советская фехтовальная команда одержала победу над чехословацкой. В 1955 г. в Варшаве на международных играх молодежи советские фехтовальщики М. Мидлер и Н. Шитикова завоевали золотые медали. А в том же году на первенстве мира в Риме наша команда саблистов заняла третье место.

Сенсационной была встреча этой команды с командой Франции. «Французы» вышли на «дорожку» не разминаясь, полагая, что бои с советскими саблистами послужат им достаточной разминкой к следующим, серьезным, встречам. Однако наши фехтовальщики победили, показав уже зрелое мастерство владения спортивной саблей. Итальянские газеты писали, что советские саблисты в этой встрече были «совершенно изумительны» и что они «ошеломили» не только своих противников, но и зрителей.

Женская команда, выйдя в финал, заняла четвертое место. В истории советского фехтования наши команды впервые вышли в финал. В итальянской печати отмечалось, что Советский Союз становится «международным фехтовальным фактором» и что некоторым странам, известным своими мастерами фехтования, придется в скором времени потесниться.

Советскую фехтовальщицу Э. Ефимову, выигравшую в разгромном стиле в командных боях почти у всех прославленных фехтовальщиц мира, печать назвала «грозою чемпионки». Участие советских саблистов в командном мировом турнире в Варшаве в 1956 г. подтвердило высокий класс советской команды, снова занявшей третье место.

На международном турнире в Будапеште в том же году шпажист Р. Церикидзе и Н. Шитикова завоевали вторые, а Л. Сайчук, Я. Рыльский и В. Растворова четвертые места. Вскоре в Москве и Ленинграде были проведены два турнира сильнейших фехтовальщиков мира на всех видах оружия. В Москве среди женщин первые места во главе с А. Плехановой заняли советские фехтовальщицы. Чемпионке мира Л. Демолки пришлось довольствоваться лишь седьмым местом. В Ленинграде рапирист М.

Мидлер завоевал первое место, оставив позади себя сильнейшего в мире мастера фехтования на рапирах француза Х. д-Ориоля.

Участию советских фехтовальщиков в XVI олимпийских играх предшествовали соревнования по фехтованию на Спартакиаде народов СССР, проведенной в августе 1956 г. в Москве.



Рис. 40. И. Удрас — мастер спорта, трехкратный чемпион СССР по фехтованию на шпагах



Рис. 41. М. Мидлер — заслуженный мастер спорта, многократный чемпион СССР по фехтованию на рапирах, обладатель личной и командной серебряных медалей первенства мира



Рис. 42. Я. Рыльский — мастер спорта, многократный чемпион СССР и чемпион мира 1958 г. по фехтованию на саблях



Рис. 43. В. Киселева — заслуженный мастер спорта, чемпионка СССР 1956 г. и чемпионка мира 1958 г.

В этих соревнованиях выступали фехтовальщики всех союзных республик и городов Москвы и Ленинграда. В составе участников было заслуженных мастеров спорта 1, мастеров спорта 54, перворазрядников 346, всего 401 человек, в том числе 81 женщина.

В результате 10-дневных боев, где после командных проводились и личные соревнования по каждому виду спорта, места распределились:

По фехтованию на рапирах среди женщин

Командные соревнования

- 1-е место — Москва
- 2-е место — УССР
- 3-е место — РСФСР

Личные соревнования

- В. Растворова (Киселева) — Москва
- Н. Шчтикова — Москва
- В. Ягодина — РСФСР

По фехтованию на рапирах среди мужчин

Командные соревнования

- 1-е место — УССР
- 2-е место — Москва
- 3-е место — БССР

Личные соревнования

- М. Мидлер — Москва
- Ю. Иванов — Ленинград
- Ю. Рудов — Москва

По фехтованию на шпагах

- 1-е место — БССР
- 2-е место — РСФСР
- 3-е место — Москва

- Л. Сайчук — Москва
- И. Удрас — РСФСР
- Л. Берзин — РСФСР

По фехтованию на саблях

- 1-е место — Москва
- 2-е место — УССР
- 3-е место — РСФСР

- Я. Рыльский — Москва
- Л. Кузнецов — Москва
- Д. Тышлер — Москва

По фехтованию на карбинах

- 1-е место — Москва
- 2-е место — УССР
- 3-е место — РСФСР

- В. Мельников — Москва
- А. Иванов — Москва
- В. Морозов — РСФСР

В общекомандном зачете на первое место с большим преимуществом вышла команда Москвы, на второе — команда РСФСР и на третье — команда УССР.

Спартакиада народов СССР позволила подвести некоторый итог за период с XV Олимпийских игр (1952) и наметить составы сборных команд СССР для участия в XVI Олимпийских играх (1956).

Необходимо указать, что за это время количество занимающихся фехтованием возросло с 18 до 25 тысяч чел. Улучшилось и качество учебно-тренировочной работы в республиках в результате обмена опытом и ряда методических сборов разных масштабов. Подготовлен резерв из молодых фехтовальщиков.

Самым большим успехом советских фехтовальщиков в период, предшествовавший XVI Олимпийским играм, явилось завоевание нашими женщинами командного первенства мира. Впервые советская фехтовальная команда

стала чемпионом мира. В борьбе за золотые медали в Лондоне на первенстве мира отлично фехтовали Н. Шитикова, Э. Ефимова, В. Растворова. Существенно помогли им В. Ягодина и А. Забелина. Быстрые, подвижные, сильные, наши фехтовальщицы подавляли соперниц страстным стремлением к победе. Путь советской команды к первому месту лежал через победы над сильнейшими командами Венгрии, Италии, Франции, Австрии и Румынии. Особенно знаменательна была победа над многократным чемпионом мира — венгерской командой.

Успехи советских фехтовальщиков в 1956 г. вызвали у тренеров и спортсменов чрезмерно большие надежды на возможные успехи фехтовальщиков на XVI Олимпийских играх. Однако в Мельбурне лишь саблисты, заняв третье место (командное и личное), вложили в олимпийскую «копилку» 8 очков. Советские рапиристы и шпажники команды вышли тогда в полуфинал, одержав победы над французской командой (рапиристы) и шведской (шпажисты), но в финал не попали. Наши саблисты получили шесть бронзовых медалей в командном и одну в личном соревновании. Выиграв у французской и итальянской команд, они проиграли венгерским и польским спортсменам с минимальным счетом побед (7 : 9), но с преимуществом в нанесенных ударах. Саблист Я. Кузнецов, завоевавший в личных соревнованиях бронзовую медаль, оставил позади своих учителей, многократных чемпионов мира, венгров П. Ковача и А. Геревича. Против ожидания, плохо выступили в Мельбурне наши фехтовальщицы, не добившись в личных соревнованиях никакого успеха.



Рис. 44. Основной состав женской команды—чемпиона мира 1956 г.



Рис. 45. А. Забелина — мастер спорта, трехкратная чемпионка Советского Союза, чемпионка мира 1957 г. и юношеского первенства мира 1958 г., двукратная чемпионка мира командных соревнований

Подготовка к XVI Олимпийским играм отодвинула на второй план внутреннюю фехтовальную жизнь. Общественные организации, призванные развивать фехтовальный спорт в нашей стране, президиум Всесоюзной фехтовальной секции, тренерский совет и отдел прикладных видов спорта Комитета по физкультуре и спорту при Совете Министров СССР ослабили руководство развитием массовости в фехтовании, на что указал пленум секции, состоявшийся в 1957 г. Особое внимание было уделено развитию детского и юношеского фехтования. Юношеское первенство СССР и командное и личное первенства для взрослых 1957 г. все же показали рост массовости советского фехтования и мастерства, главным образом, молодых фехтовальщиков. ДСО «Локомотив» на этих соревнованиях впервые выставило команду и притом с полным зачетом по всем видам оружия. Молодые фехтовальщики выходили в финалы и крепко сопротивлялись опытным мастерам. Командное первенство завоевали фехтовальщики общества «Буревестник», вытеснив с насиженного места команду «Динамо», в составе которой оказалось много великовозрастных спортсменов. Личными чемпионами стали: по мужской рапире М. Мидлер, по женской А. Забелина, по сабле Я. Рыльский, по шпаге Р. Церикидзе и по штыку В. Мельников, причем М. Мидлер и Я. Рыльский завоевали звание чемпионов СССР в четвертый раз подряд.

Международные спортивные встречи 1957 г. свидетельствовали о том, что в некоторых случаях советские фехтовальщики достигли уровня лучших фехтовальщиков мира. Так, на III Дружеских международных играх молодежи в Москве завоевали серебряные медали Э. Ефимова, М. Мидлер и В. Черников. Традиционный международный турнир Карловых Варх принес успех М. Мидлеру, В. Черникову и В. Киселевой, занявшим первые места. В том же году советские молодые фехтовальщики впервые участвовали в первенстве мира юниоров (фехтовальщиков до 22 лет). Рапиристы показали лучший результат среди наших фехтовальщиков в других видах оружия, заняв третье и четвертое места (Ю. Осипов и К. Рюмин).

Не без успеха выступали наши фехтовальщики на первенстве мира 1957 г. На этих соревнованиях выявилось снижение результатов итальянских и отчасти французских фехтовальщиков и активизация фехтовальщиков СССР и стран народной демократии. Италия — родина сабельного фехтования, например, не сочла возможным выставить команду саблистов. В финале личных соревнований по рапире и сабле не было ни одного итальянца. Мужская команда рапиристов Франции оказалась на третьем месте, а женская команда выбыла из соревнований, потерпев поражение от румынок. В финале личных женских соревнований не оказалось ни одной французки. Команда рапиристов Венгрии впервые в истории фехтования, и вполне заслуженно, стала чемпионом мира. Поляк

Е. Павловский стал чемпионом мира по фехтованию на саблях.

Советские команды выступали по всем видам оружия. Сабельная команда СССР завоевала серебряные медали, пропустив выше себя только прославленную команду Венгрии — бессменного чемпиона мира уже на протяжении многих лет. Команда советских рапиристов вышла в финал и заняла четвертое место. Неожиданно «провалилась» советская женская команда — чемпион мира 1956 г., заняв лишь пятое места

На парижском первенстве мира улучшились и личные результаты советских фехтовальщиков. А. Забелина (рис. 45) завоевала звание чемпионки мира, М. Мидлер занял второе место, уступив первое венгру Фюлепу, В. Киселева оказалась на четвертом месте и шпажист Р. Церикидзе вошел в число финалистов. Через два месяца после первенства, в традиционном турнире лучших рапиристов мира, оспаривавших кубок Мартини, М. Мидлер занял второе место.

Высоких результатов достигли юные советские фехтовальщики на молодежном первенстве мира 1958 г. в Бухаресте. Впервые в истории международных соревнований на этом первенстве был официально введен общекомандный зачет по сумме личных мест членов команд, переведенных в очки. В итоге первое место завоевала команда СССР, набравшая 55 очков. Второе место заняла команда Венгрии — 34 очка, третье — команда Франции — 32 очка.

Молодые фехтовальщики В. Черников и А. Забелина стали чемпионами мира по юниорам. А. Забелина в пределах одного года получила третью золотую медаль. В этом же году сборная команда Советского Союза на всех видах оружия встретила со сборной командой Западной Германии (ФРГ) и выиграла эту встречу с небольшим преимуществом. В это же время команда саблистов СССР выступила на традиционном международном турнире сабельных команд в Варшаве и заняла третье место.

Возрастающие успехи советских фехтовальщиков в международных соревнованиях служат объективным свидетельством верного направления работы по фехтованию в СССР. Тем не менее пленум Всесоюзной секции фехтования 1958 г. констатировал недостаточную передачу ведущими спортсменами и тренерами передового опыта широкому контингенту фехтовальщиков, особенно среднеазиатских республик.

В целях устранения этого недостатка с 1956 г. стали широко практиковаться выезды на места бригад мастеров под руководством тренеров. Ежегодные сборы тренеров, научная конференция работников фехтования 1957 г. и конференция заведующих кафедрами фехтования институтов физической культуры 1958 г. были призваны поднять практическую учебно-тренировочную работу, методику, теорию фехтования на новый, более высокий уровень.

Командные и личные соревнования на первенство Советского Союза 1958 г. ознаменовались целым рядом неожиданностей. Команда рапиристов РСФСР, состоящая из молодых фехтовальщиков «без имени», победив с убедительным счетом команду Москвы, заняла первое место. Женская команда России завоевала второе место. В финале личных соревнований по рапире для мужчин оказалось три представителя РСФСР. На первое место вышел перворазрядник Г. Свешников. В личных соревнованиях на шпагах первое место занял школьник, ученик десятого класса Б. Хабаров. Впервые чемпионом СССР в фехтовании на штыках стал опытный, давно выступающий мастер В. Ильин.



Рис. 46. Сабельная команда СССР, завоевавшая серебряные медали на первенстве мира 1958 г.

Московская команда по-прежнему, без особой борьбы, победила в общекомандном зачете. Однако команда РСФСР, снова занявшая второе общекомандное место, значительно уменьшила свое отставание от столичных спортсменов. На основании результатов первенства страны были подновлены и укомплектованы составы сборных команд СССР к предстоящему первенству мира этого же года в Филадельфии (США).

Выступление советских фехтовальщиков в Америке оказалось крупной победой советского фехтования. Впервые разыгрываемый кубок по суммарному зачету командных и личных мест завоевал коллектив советских фехтовальщиков. Советские спортсмены, исходя из олимпийского расчета очков (первое место — 7 очков, второе место — 5, третье место — 4, четвертое место — 3, пятое место — 2 и шестое — 1 очко), набрали 50 очков, опередив своего ближайшего соперника — команду Италии на 15 очков. Женская команда СССР во второй раз стала чемпионом мира. Советские команды рапиристов и саблистов получили серебряные медали, а шпажная команда, выйдя впервые в финал, заняла четвертое место. Двум советским спортсменам — саблисту Я Рыльскому и В. Киселевой присуждены золотые медали чемпионов мира. Саблист Д. Тышлер и Э. Житникова оказались на вторых местах. Шпажист А. Чернушевич получил бронзовую медаль. Первенство мира 1958 г. явилось

первым крупным международным успехом советского фехтования.

В 1958 г. Комитет по физкультуре и спорту при Совете Министров СССР учредил ежегодные соревнования на Кубок Советского Союза. Финалу соревнований на Кубок, проведенному в октябре этого же года в городе Вильнюсе, предшествовали соревнования на кубки республики городов Москвы и Ленинграда, определившие состав финала.

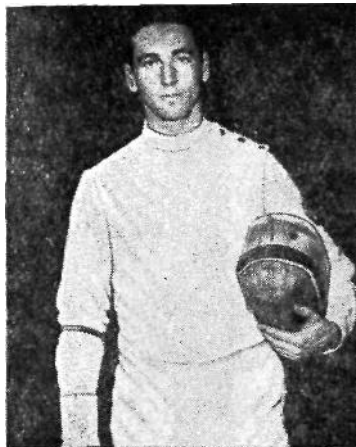


Рис. 47. Д. Тышлер — мастер спорта, обладатель нескольких серебряных медалей командных первенств мира и личной серебряной медали первенства мира и Кубка СССР 1958 г.



Рис. 48. Э. Ефимова — заслуженный мастер спорта, двукратная чемпионка мира командных соревнований, обладательница серебряной медали личных соревнований на первенство мира 1959 г., чемпионка мира 1954 г.

Бои проводились для мужчин на 10 уколов-ударов и для женщин — на 8 при условии перевеса не менее чем в два укола-удара. Потерпевшие поражение выбывали из состязания.

Первыми обладателями кубков стали: по фехтованию на рапирах среди мужчин — Ю. Сисикин, по фехтованию на рапирах среди женщин — В. Киселева, по фехтованию на шпагах — В. Черников, по фехтованию на саблях — Д. Тышлер.

Советское фехтование прошло особый путь от дореволюционного аристократического спорта, находившегося под опекой иностранных учителей, до современного массового общедоступного фехтования, возвращаемого отечественными тренерами, имеющего свою теорию и методику, свой стиль. Развитие советского фехтования проходило в плодотворной борьбе двух направлений: «классического» и «новаторского». Борьба течений рождала споры, заставляла апеллировать к науке, искать и думать.

Войдя в соприкосновение с современными модернизированными иностранными школами фехтования, советские тренеры и спортсмены подошли к ним критически, творчески усваивая и развивая все, что в них есть ценного и передового.

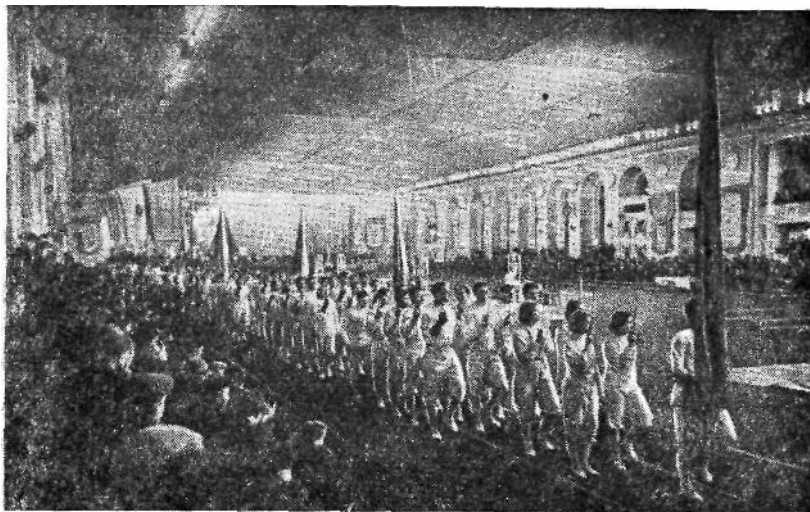


Рис. 49. Парад перед командным первенством СССР 1955 г.

Отечественная школа фехтования отражает черты всего советского спорта, поэтому ей свойственны научность и как основа тренировочной работы — идейное, вдохновляемое советским патриотизмом, трудолюбие и вдумчивость. В результате возник синтез отечественной молодой теории и практики с тем положительным и подчас традиционным, что было возвращено в лучшем иностранном фехтовании на протяжении длинной истории его

развития.

Учитывая, что всякая завершенная раз и навсегда школа (система) таит в себе элементы консерватизма и догматизма, тормозящие творческое, новое в развитии спорта, работники советского фехтования и не стремятся к канонизации. Советская школа фехтования предполагает постоянное развитие, непрестанное совершенствование как спортивной практики, так и теории и методики. Поэтому она не может стеснять творческой свободы спортсменов и тренеров.

Советская школа фехтования стремится воспитывать и создавать фехтовальщиков, бескорыстно любящих свой вид спорта, обладающих здоровьем и отличным общим физическим развитием, трудолюбивых и вдумчивых, в тренировке овладевающих совершенной рациональной техникой и находящих удовлетворение в преодолении противника за счет тонкой игры движений, ума и воли.

Развитие фехтования и его успехи — это результат забот нашей родной Коммунистической партии и Советского правительства о росте материального благосостояния нашего народа, об удовлетворении его культурных запросов.

На внеочередном XXI съезде Коммунистической партии тов. Хрущев в своем докладе остановился и на вопросах развития физкультурного движения в нашей стране. Говоря о переходе нашей промышленности и сельского хозяйства на рельсы механизации и автоматизации, он сказал, что в результате этого «не потребуется от людей многочасового труда, у них останется много свободного времени для занятий наукой, искусством, литературой, спортом и т. д.». Касаясь вопроса демократизации руководства физкультурной работой, тов. Хрущев указал на необходимость перехода от государственной формы этого руководства к форме общественной, «при которой решающую роль будут играть общественные организации, участвующие в физкультурном движении».

Новая форма организации физкультурного движения — Союз добровольных спортивных обществ позволит привлечь к занятию фехтовальным спортом еще большие массы молодежи и школьников, что явится залогом дальнейшего, еще более интенсивного роста успехов советских фехтовальщиков.

Участие советских фехтовальщиков в первенстве мира 1959 г. в Будапеште продолжило и развило успехи предыдущего первенства, утверждая этим правильность путей развития советского фехтования.

Команда советских рапиристов стала чемпионом мира. Вторые командные места завоевали шпажисты и женщины и третье место — саблисты.

В личных соревнованиях Э. Ефимова и шпажист Б. Хабаров завоевали золотые медали чемпионов мира. По сумме призовых мест команда Советского Союза в целом вышла на первое место и получила Большой приз наций. Знаменателен командный успех мужчин в фехтовании на рапирах, которое является главным мерилом фехтовальной культуры. Иностранные любители и знатоки фехтования говорили, что советские рапиристы стали носителями лучших традиций классического фехтования.

Глава III. ТЕРМИНОЛОГИЯ И КЛАССИФИКАЦИЯ В ФЕХТОВАНИИ

ФЕХТОВАЛЬНЫЕ ПОНЯТИЯ И ТЕРМИНЫ

Сложность и многосторонность фехтования, длинная история его возникновения и развития за пределами нашей страны наложили свою печать на фехтовальные понятия и особенно на термины.

Попытки составить терминологию советской школы фехтования делались еще в 1923 г. в руководстве «Владение холодным оружием» (книга 6-я из серии «Физическая подготовка Рабоче-Крестьянской Красной Армии и допризывной молодежи», издание Высшего редакционного совета), а также в первом учебнике для институтов физической культуры (ФиС, 1940).

Несмотря на то, что авторы обоих руководств стремились, построить терминологию на основе русского языка с учетом анализа техники и тактики фехтовального боя, некоторые термины оказались не вполне удачными. Однако большинством из них пользуются и теперь, отбрасывая время от времени устаревшие и создавая новые термины.

Учитывая, что без знания терминов и точного определения фехтовальных понятий невозможно полноценно пользоваться специальной литературой и вести практическую работу по фехтованию, ниже приводятся наиболее часто применяющиеся термины, содержащие в себе различные (общие, технические, тактические и методические) фехтовальные понятия.

Особое место уделяется терминам французского происхождения, поскольку международным языком фехтовального судейства является французский.

Ассо — см. вольный бой.

Атака (франц. *attaque*) — инициативное наступательное действие, завершаемое попыткой нанести укол или удар противнику, не находящемуся в атаке.

Атака броском — атака, выполняемая при помощи стартообразного рывка или прыжка вперед, переходящего в бег.

Атака в два темпа (франц. *attaque en deux temps*) — атака, содержащая в себе последовательно два приема в сближении или в движениях оружием.

Атака прямая (франц. *attaque directe*) — атака, в которой фехтовальщик пытается поразить противника простым движением укола или удара.

Атака стрелой — см. атака броском.

Атака ложная — укороченная, иногда замедленная атака, не имеющая непосредственной цели поразить противника, а лишь подготовить успешность последующих действий, применившего эту атаку.

Атака второго намерения (франц. *attaque avec deusieme intention*) — сложная атака, состоящая из ложной атаки как вызова противника на определенные активные противодействия, последующего отражения этих противодействий и завершающей схватку истинной попытки поразить противника.

Атака с обманом — начинающаяся обманным действием оружия, которое делается с целью вызвать противника лишь на определенное защитное движение с тем, чтобы, обойдя его оружие своим оружием, поразить противника уколom (ударом) в открывающуюся часть его тела.

Ближняя дистанция (франц. *mesure courte*) — расстояние между фехтующими, дающее возможность поразить противника уколom (ударом), действуя только вооруженной рукой.

Ближний бой (франц. *combat rapproche*) — ведение боя на ближней дистанции.

Боевое действие (франц. *action d'assaut*) — один или несколько приемов, выполняемых фехтовальщиком в бою с целью разрешения какой-либо тактической (боевой) задачи.

Боевая линия — мысленная прямая линия, проходящая по полю боя через пятки впереди стоящих ног двух фехтующих.

Боевая стойка — положение фехтовальщика, наилучшим образом обеспечивающее его готовность к нападению и обороне.

Боевая схватка — несколько непрерывно следующих одно за другим действий обоих фехтующих, завершающихся нанесением кому-либо из них укола (удара) или обоюдным прекращением действий (самостоятельно или судьей).

Боец (франц. *tieur*) — фехтовальщик, участник боя, соревнования.

Взять защиту (франц. *parer*) — защититься оружием.

Взять или поймать оружие — коснуться своим оружием оружия противника во время подготовки последним своей атаки (обычно в момент совершения им обманного движения оружием) с целью получения права на ответ.

Внутрь — правее легкого оружия противника (рапиры, сабли, шпаги), левее карабина.

Вольный, или фехтовальный, бой — совокупность нескольких боевых схваток, как правило, на одноименном спортивном оружии, в которых каждый фехтующий, стремясь в ограниченный отрезок времени первым нанести противнику обусловленное число уколов (ударов) и не получить их от него, может пользоваться в любой момент схватки любыми техническими и тактическими приемами при обязательном условии подчинения правилам ведения боя.

Вольт — уклонение телом от укола (удара) противника с одновременным его поражением.

Вперед — в сторону противника.

Время — момент во взаимодействиях фехтующих, выбранный бойцом для совершения решающего действия.

Время боя (франц. *temps d'assaut*) — отрезок времени «чистого» боя, установленный правилами на проведение одного боя.

Встречный укол (удар) — укол (удар), совершаемый противником одновременно с получением укола (удара) от атакующего.

Выбор времени — выбор момента для нанесения укола (удара).

Вызов — действия, совершаемые фехтовальщиком с целью побудить противника произвести атаку или контратаку на определенную часть своего тела с тем, чтобы поразить противника уколom (ударом) в собственной контратаке или после взятой защиты.

Выиграть темп — опередить удар (укол) атакующего ударом (уколom), насколько это необходимо для того, чтобы второй по времени укол (удар) не засчитывался или не фиксировался электроаппаратом при фехтовании на шпагах.

Дальняя дистанция (франц. *mesure longue*) — расстояние между фехтующими, дающее возможность поразить противника уколom (ударом), только сделав предварительно шаг вперед с выпадом или атаку броском.

Двусторонний метод — метод обучения фехтовальщика в общении с партнером.

Действие (франц. *action*) — см. боевое действие.

Действительный укол (удар) (франц. *coup valable*) — укол (удар), отвечающий техническим и тактическим правилам поражения противника.

Завязывание (франц. *liement*) — захват с переводением оружия противника (из верхнего положения в нижнее и, наоборот, из верхнего положения снова в верхнее и из нижнего положения снова в нижнее — круговым движением) (франц. *enveloppement*).

Захватить оружие — войти в соединение с оружием противника и отвести его нажимом своего оружия за пределы поражаемого пространства.

Защита (франц. *parade*) — отражение своим оружием оружия атакующего в целях избежания укола (удара).

Защитные действия (франц. *action defensive*) — действия фехтовальщика, совершаемые с целью отразить атаку противника оружием или избежать получения от него укола (удара) посредством отхода назад или отклонения телом, а иногда и движения вперед.

Игра ног — непрерывное переставление ног, притоптывание и небольшие перемещения фехтовальщика вперед и назад во время боя, имеющие целью подготовить дистанцию для внезапного нападения на противника.

Игра оружием — периодические легкие движения оружием во время боя, имеющие целью подготовить успешное применение основных боевых приемов или затруднить это сделать противнику.

Индивидуальный урок — организованный педагогический процесс, проводимый преподавателем (тренером) с одним занимающимся с целью решения определенных учебно-воспитательных задач.

Итальянская рапира — рапира, имеющая рукоятку с поперечником.

Кнаружи — левее легкого оружия противника (рапиры, сабли, шпаги), правее карабина.

Контратака — атака на противника, начинающего свою атаку, но опережающая его нанесением укола-удара не менее чем на один темп.

Контрответ — ответ, наносимый атакующим после его защиты от ответа противника.

Контртемп — укол (удар), наносимый «в темп» на контратаку противника.

Контры — парные упражнения в выполнении определенных приемов атаки и защиты с заданием для одного — нанести укол-(удар) в атаке, а для другого — в ответе или в контратаке.

Кор-а-кор — положение фехтовальщиков во время боя, при котором тела их соприкасаются.

Ку дубль (франц. coups doubles) — одновременные уколы в бою на шпагах, засчитываемые обоим фехтующим.

Левый бок — левая сторона туловища при фехтовании на саблях (эспадронах).

Линия — направление угрозы уколом по отношению к оружию противника. Линии могут быть: верхние — при положениях оружия с остриями выше гард; нижние — при положениях оружия с остриями ниже гард; верхние и нижние линии, в свою очередь, делятся на: наружные — при нахождении легкого оружия атакующего (рапиры, сабли, шпаги) слева от оружия противника, а карабина — справа от него, внутренние — при нахождении легкого оружия атакующего справа от оружия противника, а карабина — слева от него.

Ложная атака (франц. attaque fausse) — см. атака ложная.

Маневрирование — передвижение фехтующего, имеющее своей целью подготовить момент для атаки на противника с наивыгоднейшего расстояния и не допустить успешного проведения атаки противником.

Монтировка — комплект всех частей фехтовального оружия, кроме клинка и наконечника (гарда, рукоятка, гайка, прокладка).

Нажим (франц. pression) — мягкое или сильное давление своим оружием на оружие противника, производимое обычно с целью вызвать противника на противодействие.

Назад — от противника.

Нападение — комплекс различных, боевых действий, направленных на поражение противника уколом или ударом.

Немой урок — индивидуальный урок, в котором преподаватель (тренер), молча производя те или другие действия, вызывает ими ученика на выполнение определенных приемов нападения и защиты.

Оборона — комплекс различных боевых действий, применяемый для отражения нападения противника (с поражением его уколом, ударом или без поражения).

Обоюдные атаки (франц. action simultane) — атаки, которые начались одновременно и одновременно завершились уколами (ударами).

Одновременные уколы — удары — уколы-удары, определяемые по одновременности их нанесения, независимо от тактической ситуации.

Оппозиция — защита оружием, выполняемая одновременно с нанесением укола (реже удара).

Оппозиционная защита (франц. parade d'opposition) — защита, выполняемая отстранением сильной частью своего клинка конца оружия противника, пытавшегося колоть.

Останавливающий укол (франц. coup d'arrêt) — укол, наносимый противнику в момент подготовки его к атаке.

Обман — угроза движением оружия или тела, совершаемая фехтовальщиком с целью вызвать противника на определенное защитное движение с тем, чтобы нанести укол или удар в открывшуюся часть его тела.

Обман на голову, на ногу, за правую щеку и т. д. — ложное движение оружием для обозначения удара по голове, укола в ногу, удара по правой щеке и т. д.

Односторонний метод — метод одиночного обучения фехтовальщика (без партнера).

Отбив — защита от укола (удара), производимая ударным прикосновением оружия к оружию противника.

Ответ (франц. riposte) — укол (удар), наносимый непосредственно после защиты.

Ответная атака — атака, совершаемая фехтовальщиком после взятия им защиты или после отхода от атаки противника.

Отвод — защита отведением, отклонением оружия противника в сторону своим оружием без потери соединения. Возникает при уколах прямо из соединения.

Парад — всякая защита оружием, независимо от способа ее выполнения.

Парировать — применить какую-либо защиту (парад).

Повторная атака — атака, совершаемая непосредственно вслед за неудавшейся атакой.

Подавление противника — навязывание противнику выгодного для себя способа ведения боя, овладение инициативой в бою путем непрерывных, преимущественно наступательного характера, движений и действий оружием или телом.

Подготавливающие действия — предварительные движения фехтующего, подготавливающие успешное проведение им атаки или активной обороны.

Подготовка атаки (франц. preparation d'attaque) — приемы и действия перед непосредственным проведением атаки, совершаемые без потери темпа, в сочетании с самой атакой.

Позиция — обусловленное положение оружия и вооруженной руки по отношению к поражаемому пространству фехтующего.

Поле боя (франц. piste, planche) — ограниченная линиями площадь, в пределах которой ведется бой. Поражаемое пространство (франц. surface valable) — определяемая правилами часть поверхности тела фехтовальщика, удары или уколы в которую считаются поражающими.

Потерять темп — опоздать с нанесением укола (удара) в контратаке.

Правый бок — правая сторона тела при фехтовании на саблях.

Простое действие (франц. action simple) — действие, состоящее из одного законченного движения оружием.
Прием технический — специальное фехтовальное движение, имеющее определенную технику выполнения.
Пуандарэ — металлический наконечник шпаги и рапиры с выступающими вперед заострениями, служащими для задержки конца оружия на месте укола.

Разведка — действия фехтовальщика, совершаемые с целью узнать излюбленные боевые действия противника, манеру ведения боя, темперамент, понять его моральное состояние и замыслы.

Салют — спортивное приветствие оружием перед началом боя и после его окончания.

Сбор — переход из боевой стойки в положение «смирно» посредством определенных движений, совершаемых фехтовальщиком после окончания соревновательного боя или занятия.

Сдвоенный укол (франц. remise) (удар) — повторный укол (удар), совершаемый без ухода с выпада немедленно после предыдущей атаки, отраженной противником. Применяется при задержках противника в ответе и при ответах с переводами, переносами и обманами.

Сектора — части поражаемого пространства (четыре), полученные от условного пересечения его вертикальной и горизонтальной линиями.

Сложное действие (франц. action compose) — действие, состоящее из нескольких приемов оружием, решающих определенную тактическую задачу.

Соединение — положение, при котором оружие двух фехтующих соприкасается.

Средняя дистанция (франц. mesure moyenne) — расстояние между фехтующими, дающее возможность поразить противника уколом (ударом) с выпадом.

Страховка — защитное движение оружием от предполагаемого укола (удара) противника.

Схватка — см. боевая схватка.

Темп (франц. temps) — 1) время, необходимое фехтовальщику для выполнения им в предельной для него быстроте одного фехтовального приема; 2) обобщенная норма времени, которой определяется достаточность или недостаточность опережения уколом (ударом) атаки или ответа противника, чтобы засчитать первый по времени укол (удар) правильным или неправильным.

Тактика ведения боя — сумма способов и общий характер ведения боя, сознательно применяемые фехтовальщиком в спортивном единоборстве для победы над противником.

Техника — совокупность наиболее целесообразных приемов фехтовального боя, а также способ их выполнения.

Толчок — резкое толчкообразное давление своим оружием на оружие противника, производимое с теми же целями, что захват и удар (батман).

Туше — см. действительный укол (удар).

Угловой судья (франц. assesseur) — судья, наблюдающий лишь за одним из фехтующих и устанавливающий факт получения укола-удара, правильность его и качество.

Удар (батман) по оружию противника — удар, производимый как инициативное действие с различными целями, направленными на достижение боевого успеха.

Удар — четкое прикосновение к телу противника лезвием клинка сабли. Ударом-уколом называется и самый прием, т. е. весь процесс его выполнения.

Укол — четкое утыкание в тело противника острием клинка (наконечником) любого фехтовального оружия.

Укол (удар) в темп (франц. coup de temps) — укол (удар), наносимый атакующему противнику с опережением или с одновременным закрытием от его укола (удара).

Фехтование — спорт, представляющий собой условное, безопасное для жизни единоборство на холодном спортивном оружии, а также процесс ведения боя на холодном оружии.

«Фехтовальщик неправ» — определение действия фехтовальщика, когда он наносит укол (удар) вопреки тактическим правилам боя. Например, встречный укол (удар) или повторный укол (удар), совершаемый рапиристом одновременно с получением укола (удара) в ответе, и т. д.

«Фехтовальщик прав» — определение действия фехтовальщика, нанесшего удар (укол) одновременно с получением удара (укола) от противника, не имеющего в данный момент права наносить удар (укол).

ФИЭ (франц. Federation internationale d'escrime) — Международная федерация фехтования, выборный орган, руководящий всей спортивной международной фехтовальной жизнью.

Флеш-атака — атака броском, стрелой.

Французская рапира (франц. fleuret francaise) — рапира с простой рукояткой.

Чувство боя — постоянное понимание боевой обстановки, действий и замыслов противника, основанное на остроте зрительных восприятий, тонкости психологического анализа и точности мышечных и тактильных ощущений во время боя.

Чувство дистанции — один из элементов «чувства боя», состоящий в умении точно ощущать и определять часто изменяющееся во время боя расстояние до противника.

Чувство оружия (франц. sentiment du fer) (железа) — один из элементов «чувства боя», состоящий в умении понимать и предугадывать по тактильным и кинестетическим ощущениям, возникающим в моменты соприкосновения оружия с оружием противника, истинный смысл его действий и намерений.

КЛАССИФИКАЦИЯ ФЕХТОВАНИЯ, ФЕХТОВАЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ И ПРИЕМОВ

В Советском Союзе культивируются следующие виды спортивного фехтования: 1) классическое международное фехтование, 2) отечественное и 3) национальное (схема 1).

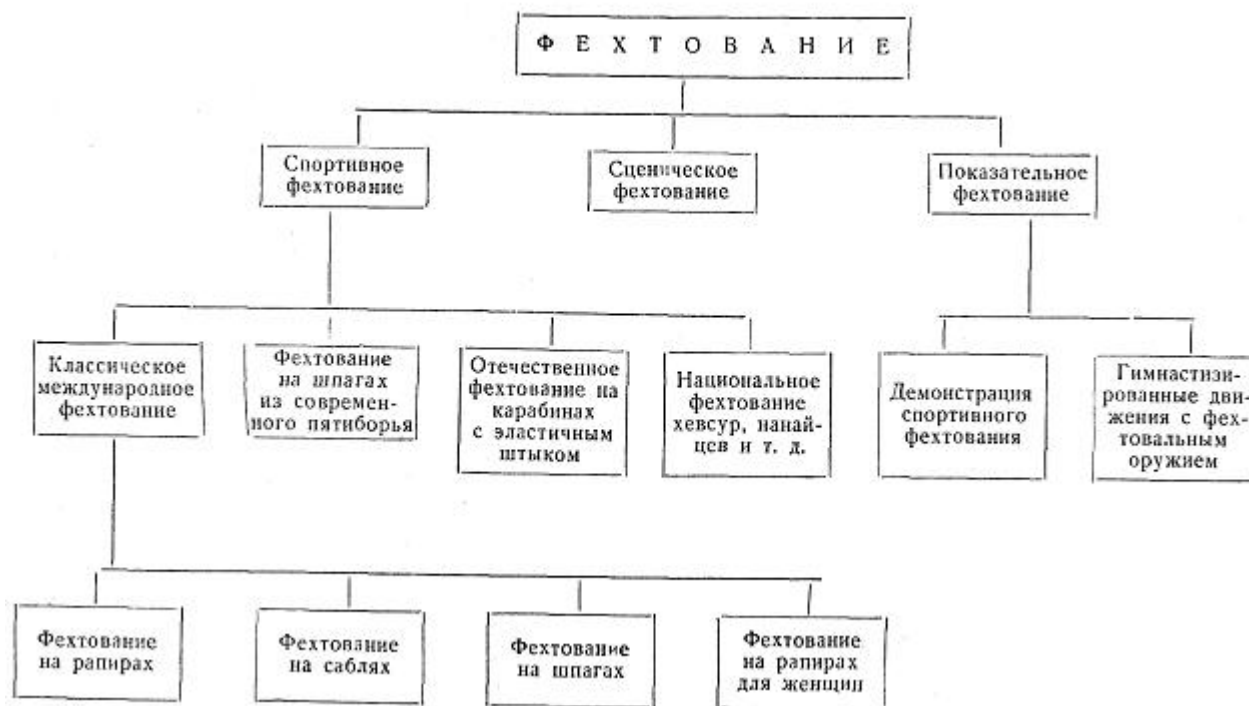
Классическое фехтование, подчиненное правилам, разработанным Международной федерацией фехтования (ФИЭ), выборным органом, руководящим всей международной фехтовальной спортивной жизнью, содержит в себе четыре вида фехтования: на рапирах, саблях и шпагах среди мужчин и только на рапирах среди женщин.

Особое место в международном спортивном фехтовании занимает фехтование на шпагах, входящее в современное пятиборье.

Правило, согласно которому бой в пятиборье ведется всего на один укол и благодаря этому с большим количеством противников, налагает на это фехтование особый отпечаток как в технике, так и особенно в тактике ведения боя и позволяет его считать разновидностью спортивного классического фехтования.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ФЕХТОВАНИЯ

СХЕМА 1



Отечественным видом фехтования в СССР является фехтование на штыках. Это фехтование нельзя считать международным спортом, так как оно не входит в программу соревнований по фехтованию на первенство мира, а стало быть, и в программу олимпийских игр. Фехтование на карбинах с эластичным штыком имеет утвержденные Союзом спортивных обществ и организаций СССР правила, согласно которым ежегодно проводятся соревнования на первенство Советского Союза. Национальные виды фехтования, как-то: хевсурское и нанайское не являются спортом в строгом смысле этого слова. Это скорее спортивные развлечения, приурочиваемые к каким-либо национальным празднествам. Здесь уже не имеется писанных правил. Все совершается по передаваемым устно из поколения в поколение традициям.

Кроме спортивных видов фехтования, имеется и не спортивное фехтование. К нему относятся показательное фехтование и сценическое. Показательным называется всякое фехтование, в котором фехтующие имеют ведущей задачей показать самый процесс фехтования, стараясь доставить этим интересное и красивое зрелище зрителям. Показательное фехтование находит место в спортивных праздничных показательных выступлениях, где оно может совершенно утратить характер единоборства и принимать гимнастизированные формы, как, например, в групповых выступлениях с фехтовальным оружием на парадах в честь Первого мая и Дня физкультурника на Красной площади в Москве, на стадионах и т. д.

Сценическое фехтование, или, как его иногда называют, историческое, имеет своей целью изобразить на сцене фехтование соответственно сюжету пьесы и исторической обстановке изображаемых событий.

* * *

Движения фехтовальщика во время спортивного боя являются выражением целенаправленной деятельности, подчиненной задаче победить противника и необходимости при этом оставаться в рамках правил ведения боя.

Деятельность фехтующего внешне состоит в основном из различных специализированных движений и фиксирования тоже специализированных различных положений. Эти фехтовальные движения и положения, как-то: боевая стойка, шаг вперед, удар по голове и т. д., имеющие свою определенную установленную технику, взятые обобщенно, т. е. в отвлечении от конкретного тактического мотива их применения, называются фехтовальными приемами. Кроме приемов, движения фехтующего могут включать в себя и не специализированные движения, например, выпрямление ног, опускание руки, хлестки оружием по оружию противника и т. д. Всякие движения фехтующего, специализированные или неспециализированные, применяемые, как единое смысловое целое, с задачей нанести в итоге удар-укол противнику, называются фехтовальным действием. Следовательно, один и тот же прием, в зависимости от замысла фехтующего, может стать воплощением совершенно различных действий: так,

шаг вперед может выполняться с целями подготовки дистанции для своей атаки, лишения противника пространства в тылу, вызова контратаки, вытеснения противника за границы поля боя и т. д.

Действия и противодействия фехтующих могут составлять ряд непрерывно следующих одно за другим взаимодействий, не пресекаемых судьей, называемый фехтовальной фразой или схваткой. Фразы бывают односложными, содержащими в себе только действие и противодействие и развитыми, в которых взаимодействия не заканчиваются на противодействии, а развиваются далее, примеры: односложная фраза — один атакует, другой, защитившись, наносит ответный укол-удар. Развитая фраза — один атакует, другой, защитившись, пытается нанести укол-удар в ответе, атаковавший парирует попытку ответить и наносит укол-удар в контрответе.

Фразы могут завершаться не только нанесением укола-удара фиксируемого судьей, но и просто прекращением фехтующими на некоторое время активных действий без прекращения самого боя.

Все действия фехтующих делятся на подготавливающие успешность попытки поразить противника и на основные действия, т. е. движения, осуществляющие акты поражения и защиты. Основные действия (схема 2, параллель 1) по признаку боевой инициативы делятся на две главные группы: действия нападения и действия обороны и третью незначительную группу — смешанные действия, содержащие в себе одновременно элементы нападения и защиты (схема 2, параллель 2). Критерий боевой инициативы, выражающийся в начале решающего действия, имеет в фехтовании главенствующее значение, поскольку он лежит в основе тактики и фехтовального судейства.

Действия, классифицируемые по признакам боевой инициативы, в свою очередь группируются по характеру предварительного осмысливания (схема 2, параллель 3). Здесь возникают группы: 1) преднамеренных действий; 2) непреднамеренных активных действий экспромтом и 3) непреднамеренных защитных действий инстинктивного характера.

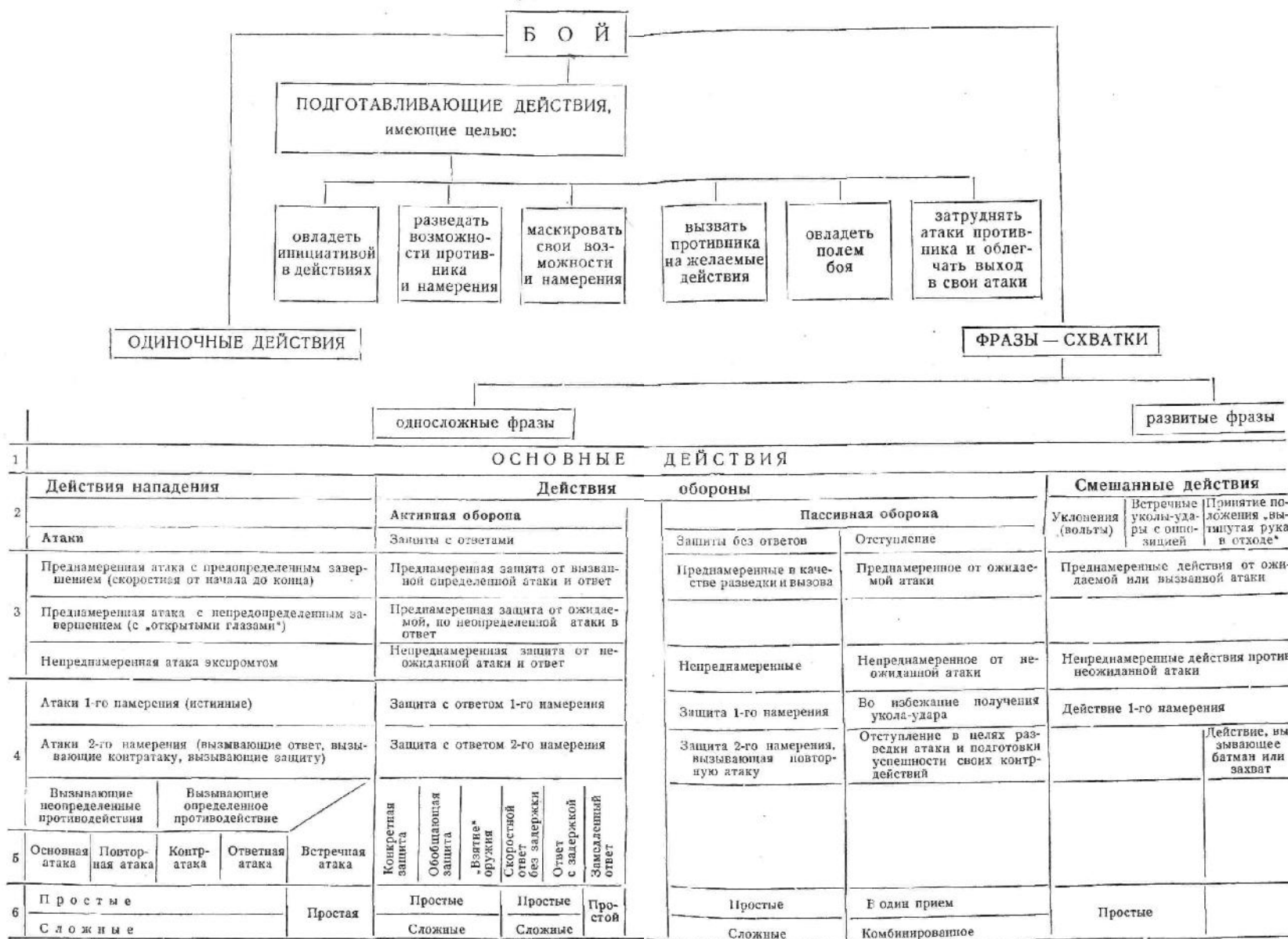
В свою очередь все действия, объединенные в группы по признаку инициативы и характера предварительного осмысливания классифицируются по критерию намерения на действия первого намерения и действия второго намерения (схема 2, параллель 4). Действия первого намерения — это акты, выполняющие ближайшую непосредственную задачу поразить противника или избежать получения укола-удара. Действия второго намерения умышленно вызывают развитие фразы в выгодном для применяющих их направлении. Действиями второго намерения могут быть как атаки, так и ответы и даже защиты (вызов ремиза).

Действия обороны по признаку их активности делятся на: активную оборону (защиты с ответом) и пассивную оборону (защиты без ответов и отступления без попыток поразить противника) (схема 2, параллель 2). Действия нападения — атаки по признаку момента их применения делятся на: основные, повторные, контратаки, ответные и встречные (схема 2, параллель 5). Защиты по этому же признаку делятся на конкретные, обобщающие и «взятие» клинка. Далее вступает в силу критерий технико-тактического порядка, который определяет действия по степени их технической сложности и делит их на простые и сложные (схема 2, параллель 6, и схема 3), группирующиеся уже по признаку их технического содержания, т. е. наличия в них тех или иных приемов.

Приемы делятся на две основные группы: положения и движения туловища и ног (схема 3, № 2, 4, 5, 10) и положения и движения оружием (схема 3, № 2, 3, 6, 8, 10). По признаку воплощения приемами тех или иных фехтовальных действий они распределяются на приемы: маневрирования, активного сближения, поражения противника и т. д. Здесь возникают и комплексы приемов одной или обеих групп, определяющие техническое содержание атак и защитных действий (схема 3, № 7, 9, 11, 12, 13, 14, 15).

Движения оружием характеризуются по следующим признакам: пути движения оружием относительно его исходного положения (прямые, полукруговые, круговые удары и защиты); пути движения оружием, относительно оружия противника (удары или уколы — прямо, переводом, переносом; батманы и контрбатманы, захваты и контрзахваты); характеру прикосновения оружия к/оружию противника (отвод, отбив, подстановка, сухой батман, скользящий и т. д.); характеру прикосновения оружия к поверхности поражаемого пространства противника (удар сухой и режущий).

КЛАССИФИКАЦИЯ ФЕХТОВЫХ ДЕЙСТВИЙ



КЛАССИФИКАЦИЯ ФЕХ ТОВАЛЬНЫХ ПРИЕМОВ

СХЕМА 3

Приемы												
предварительные поединки и др. действия	боевые поединки	приемы и оружием	приемы маневрирования	приемы сближения в атаке	приемы непосредственного поражения противника		комплекс приемов простых атак	приемы непосредственного отражения ударов-уколов	комплекс приемов активной обороны	приемы отступления		
1	2	3	4	5	6		7	8	9	10		
Стойка „Смирно“	Боевая стойка	Переменные позиции	Шаги вперед, назад и в стороны	Выпад с уходом в боевую стойку назад и вперед	Укол	Удар	Уколы-удары прямо, с переводом, с переносом, со сближениями	Защиты (парады)			Все приемы передвижения назад и их сочетания (см. приемы маневрирования)	
					Прямо с переводом, с переносом			Прямые	Полукруговые	Круговые		
Исходное положение	Позиции соединения	Переменные соединения	Скрестные шаги вперед и назад	Сочетание шага вперед с выпадом								
Приветствие (Салют)	Положение угрозы („Вытянутая рука“)	Завладевания соединениями	Прыжки вперед и назад	Сочетание прыжка вперед с выпадом								
			Полушаги вперед и назад	Сочетание подстановки сзади стоящей ноги с выпадом	Бросок							
					Без соединения							
					В соединении							
					С нажимом							
					С оппозицией							
					Прямой							
					Полукруговой							
					Круговой							
					Сухой							
					Режущий							
						Выпадом						
						Шагом вперед с выпадом						
						Прыжком вперед с выпадом						
						Приставкой сзади стоящей ноги с выпадом						
						Броском						
							Отбивом	На месте				
							Подстановкой	С шагом назад				
							Отводом	С шагом вперед				
							Уступающие	С выпадом				
							Проходящие	Броском				

Глава IV. ФЕХТОВАНИЕ НА РАПИРАХ

Рапира — колющее спортивное оружие. Применение только колющих ударов и небольшая поверхность поражаемого пространства (по сравнению с другими видами оружия) создают благоприятные условия для обороны и трудность для нанесения укола в атаке. На рапирах фехтуют в дистанции значительно меньшей, нежели на других видах оружия, и, как правило, не прибегают к глубоким отходам, поэтому бои рапиристов отличаются большой напряженностью.

В отличие от фехтования на саблях, где удар наносится фронтальным движением клинка и направление удара противника поэтому довольно легко контролируется зрением, в фехтовании на рапирах во многих случаях фехтовальщик вынужден ориентироваться на основании не столько зрительных восприятий, сколько тактильных и кинестетических ощущений вооруженной руки, возникающих от постоянных соприкосновений клинков.

Точность, сложность и пространственная ограниченность движений оружием, требующие от фехтующего непрерывного чередования напряжений и расслаблений мышц пальцев и кисти, являются типичными чертами рапирной техники. Трудность этой техники усугубляется необходимостью действовать нередко в непосредственной близости от противника, которую рапиристы создают порой умышленно, чтобы избежать укола. Разнообразие защитных действий, заключающееся в чередовании прямых и круговых защит с продвижением вперед и назад и различного рода уклонениях, заставляет фехтовальщика часто более предугадывать, чем видеть, защитные действия противника для успешного завершения атаки. Все это придает тонкость технике и сложность тактике рапирного боя.

Техника и тактика фехтования на рапирах требуют длительного изучения и освоения. Однако, достигнув некоторого мастерства владения рапирой, фехтовальщик может без труда и с успехом начать занятия фехтованием на любом другом виде оружия. Фехтование на рапирах, представляющее само по себе большой спортивный интерес, может выступать и как подсобный вид к фехтованию на шпагах, обогащая технику и тактическую игру и в значительной мере содействуя совершенствованию быстроты, точности, тонкости тактильных и мышечно-суставных ощущений и других качеств.

Владение рапирой не требует большой силы и значительных по длине перемещений, поэтому фехтованием на рапирах успешно занимаются девочки и мальчики, начиная с 11—12 лет, а женщины и мужчины до преклонного возраста. В соревнованиях бои проводятся: для старших юношей и мужчин на 5 уколов при продолжительности боя не более 6 мин. чистого времени; для мальчиков и девочек на 3 укола и не более 5 мин.; для старших девушек и женщин на 4 укола при продолжительности боя не более 5 мин. Победителем боя считается фехтовальщик, который первым нанес положенное правилами количество уколов.

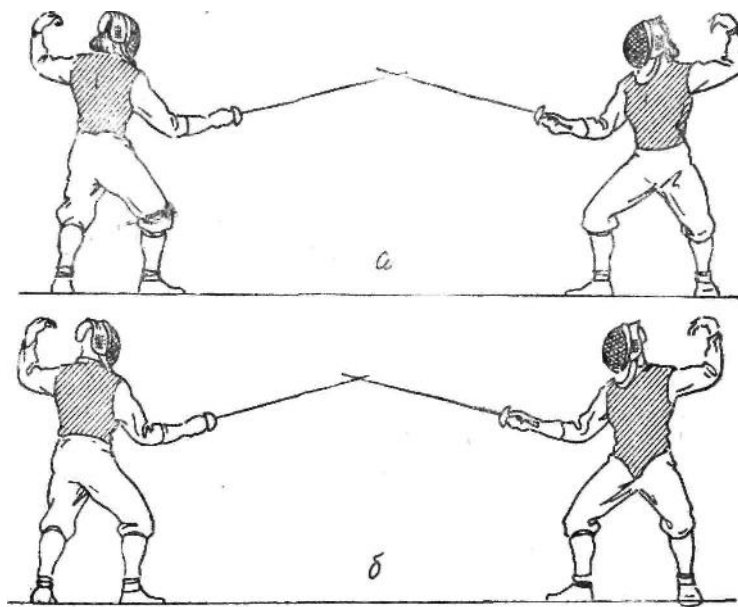


Рис. 50. Поражаемое пространство: а — для женщин; б — для мужчин

Поражаемое пространство — туловище и шея (рис. 50, а, б). У мужчин нижней границей поражаемого пространства является линия, проходящая спереди по сгибу ног в паху, а сзади по пояснице. У женщин — горизонтальная линия, проходящая через верхушки бедер.

Решением конгресса ФИЕ в Будапеште в 1959 г. поражаемое пространство у женщин принято такое же, как и у мужчин.

Руки из поражаемого пространства как у мужчин так и у женщин исключаются. Полем боя служит прямоугольник длиной 12 и шириной 1,8—2 м (рис. 51).

Рапира (рис. 52, а) состоит из двух основных частей: клинка (рис. 52, б) и монтировки (рис. 52, в). Клинок — стальной, немного плоский, четырехгранного сечения, длиной не более 90 см, утончается к концу и завершается пуговкой, или наконечником (рис. 52, г). Другой его конец переходит в стержень (рис. 52, з), на который

насаживаются гарда (рис. 52, е) — прокладка (рис. 52, ж), рукоятка (рис. 52, з) и гайка-противовес (рис. 52, и). Клинок условно делится на три части: слабую — тонкую и гибкую, завершающуюся условным острием в виде шляпки, сильную — у гарды и среднюю, расположенную между слабой и сильной частями. Монтровка состоит из гарды — круглого металлического щитка для предохранения кисти от уколов диаметром не более 12 см и глубиной до 5,5 см, выпуклого в сторону острия, рукоятки и гайки, скрепляющей все части рапиры. Общая длина рапиры не более 110 см. Длина рукоятки вместе с гайкой не более 22 см. Вес рапиры не более 500 г.

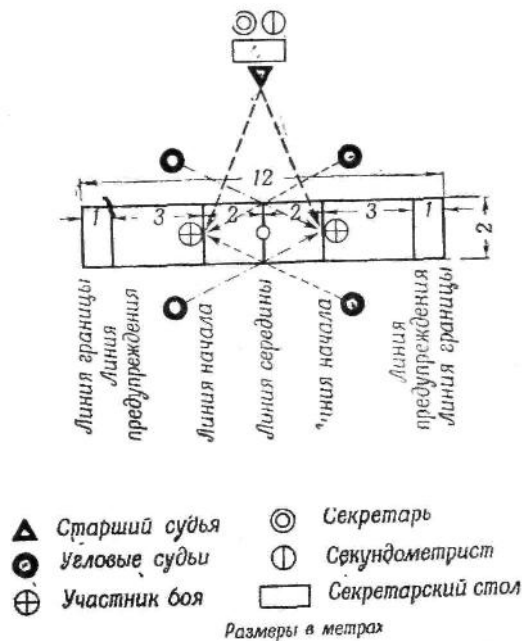


Рис. 51. Поле боя и размещение судей

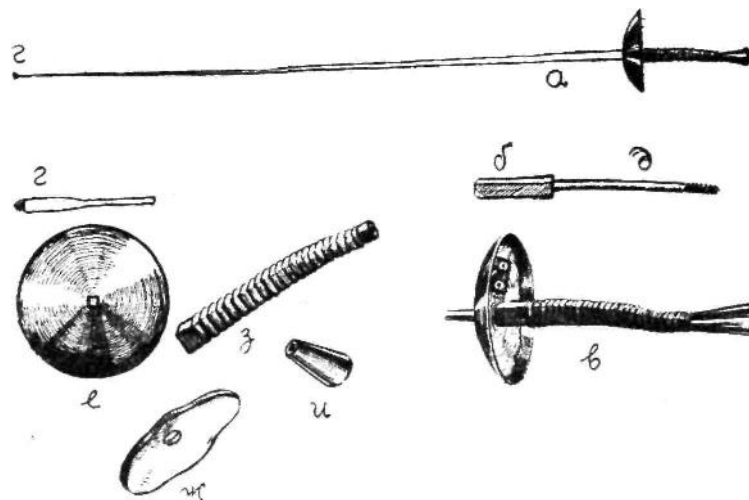


Рис. 52. Рапира с простой рукояткой:

а—общий вид рапиры; б—клинок; в—монтровка; г—пюговка; д—стержень; е—гарда; ж—прокладка; з—рукоятка; и—гайка-противовес

Рукоятки бывают трех видов: простая (см. рис. 52, в), с перекладиной (рис. 53) и «пистолет» (рис. 54).

Простая рукоятка — обыкновенно деревянная, длиной 16—17 см. Она слегка изогнута, прямоугольного сечения, имеет массивную, удлиненной формы гайку, которая одновременно является противовесом. Рукоятка выгнута в направлении более широких сторон ее так, что одна из этих сторон выпуклая, другая вогнутая. Чтобы рукоятка не скользила в руке, поверхность ее должна быть шероховатой, например с насечками в разных направлениях. Можно также покрывать ее мягкой кожей или резиной. Допускается обмотка тонким шнурком. Для еще более прочного держания, согласно правилам соревнований, рапиристам разрешается употреблять ремешки и петли (мартингалы). Иногда простая рукоятка снабжается металлической скобкой, прикрепляемой к ее широкой вогнутой стороне.

Рукоятка с перекладиной имеет крестовину из металла сечением 3—4 мм и длиной 12—16 см, пересекающую рукоятку около гарды. К краям гарды прикрепляются металлические дужки, к ним и приваривается стержень. Деревянная часть рукоятки укорочена, так как между гардой и перекладиной она заменена утолщенной частью клинка или специальной, насаженной на клинок, муфточкой.

Рукоятка «пистолет» отливается из легкого металла и называется так из-за внешнего сходства с пистолетом.

Она имеет три выступа: один сверху и два снизу, которые обеспечивают более прочное держание рапиры. Рукоятка «пистолет» обычно лишена противовеса и поэтому коротка.

В начале обучения следует пользоваться только простой рукояткой, так как она способствует активной работе пальцев при управлении рапирой. В дальнейшем, когда основы техники будут прочно усвоены, занимающимся может быть предоставлено право выбирать рукоятку, но посоветовавшись предварительно с преподавателем.

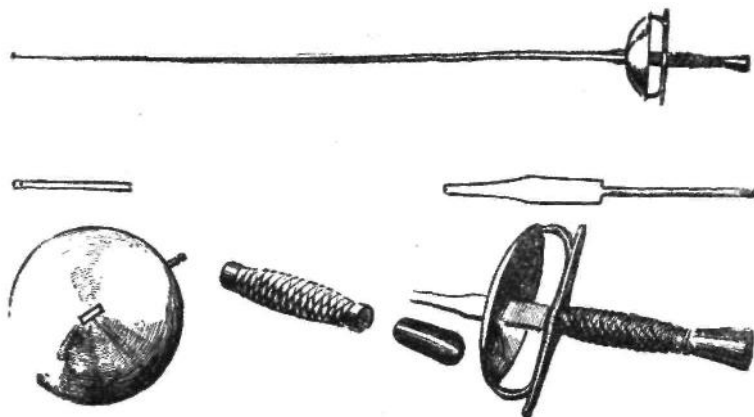


Рис. 53. Рапира с рукояткой, имеющей перекладину

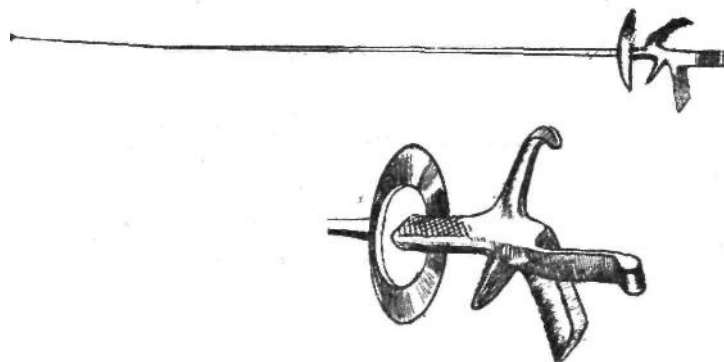


Рис. 54. Рапира с рукояткой «пистолет»

Некоторые рапиристы изготовляют для себя видоизмененные рукоятки. Например, у «пистолета» спиливают верхний и малый нижний выступы. Этим достигается более свободная работа пальцев при управлении острием рапиры. Иногда у рапиры с рукояткой «пистолет» сохраняют противовес, который обеспечивает некоторое уравнивание клинка и рукоятки и облегчает управление ее концом.

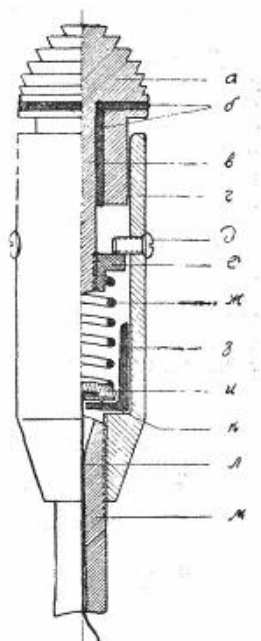


Рис. 55. Наконечник электрифицированной рапиры:

а—задерживающий буфер;
б—изоляция; в—стержень;
г—корпус; д—контактный
винт; е—контактная шайба;
ж—возвратная пружина;
з—изоляция; и—припой;
к—контактная шайба;
л—проводник; м—клинок

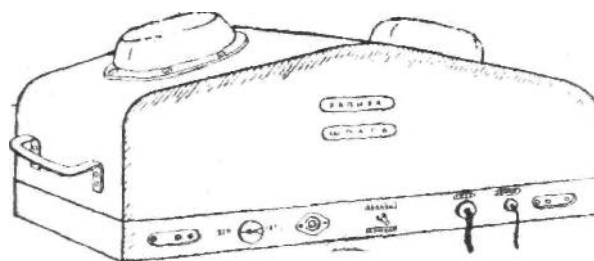


Рис. 56. Электрофиксатор

ЭЛЕКТРИФИЦИРОВАННАЯ РАПИРА

Электрифицированная рапира приспособлена к использованию электрофиксатора (рис. 56). Отличается она от обычной несколько более массивным клинком, на нижней плоскости которого в желобке проклеивается проводок. Ширина желобка 1—2 мм, глубина 0,5—1 мм. Последний сантиметр конца клинка круглого сечения с резьбой для прикрепления наконечника, представляющего собой контактный механизм цилиндрической формы. Подвижная часть наконечника имеет вид грибочка с насечками на шляпке. Ход подвижной части наконечника (не менее 0,5 мм) необходим для включения электрофиксатора. Сила пружины наконечника устанавливается при помощи грузосталона и должна быть не менее 500 г. Подвижная часть пружинного наконечника рапиры в переднем положении замыкает всю электроцепь и находится в контакте с массой рапиры. При уколе возникает размыкание цепи, в результате чего «срабатывает» электрофиксатор. В фехтовании на рапирах электрофиксатор решает только две судейские задачи: определяет качество и место нанесения укола. Темп, т. е. время нанесения укола, оценивает исключительно старший судья.

ДЕРЖАНИЕ РАПИРЫ

Держание рапиры с простой рукояткой см. на рис. 57. Большой палец находится на широкой, выпуклой стороне рукоятки, касаясь ее всей длиной первой фаланги и не доходя до гарды примерно на 1 см. Слегка согнутый указательный палец противостоит большому сгибом между первой и второй фалангами на таком же расстоянии от гарды, но с выдвинутой вперед до касания гарды первой фалангой и подхватывает рукоятку снизу отчасти сбоку. Остальные три согнутые пальца лежат на рукоятке, мягко прижимая ее к впадине ладони между мышечными буграми большого пальца и мизинца так, что гайка слегка, касается предплечья сверху. Средний и безымянный пальцы при этом первыми и вторыми фалангами обхватывают рукоятку снизу и снаружи, а мизинец только снаружи, касаясь ее лишь первой фалангой.

Ошибки при держании рапиры с простой рукояткой: 1) чрезмерное напряжение мышц пальцев и кисти; 2) вытягивание указательного пальца вдоль боковой стороны рукоятки; 3) держание рукоятки только четырьмя пальцами, без участия мизинца; 4) держание рукоятки слишком близко к гайке, т. е. за ее конец.

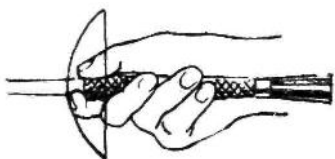


Рис. 57. Держание рапиры с простой рукояткой

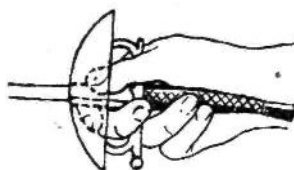


Рис. 58. Держание рапиры с рукояткой, имеющей перекладину

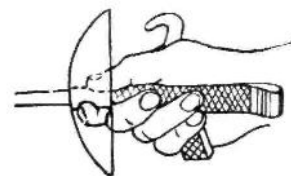


Рис. 59. Держание рапиры с рукояткой «пистолет»

Держание рапиры с перекладиной (рис. 58) обуславливается конструкцией рукоятки. Большой палец всей длиной первой фаланги соприкасается с утолщенной частью стержня клинка или муфтой. Ему противостоят: указательный палец, обнимающий металлическую часть рукоятки первой и второй фалангами, и средний палец, который лежит на ребре рукоятки второй фалангой, обхватывает поперечник и, упираясь на его середину первой фалангой, прижимает рукоятку к середине ладони и мышечному бугру большого пальца. Таким образом, поперечник проходит с одной стороны между большим и указательным пальцами, с другой — между средним и безымянным; два пальца — мизинец и безымянный лежат на деревянной части рукоятки, так же слегка прижимая ее к ладонной впадине.

Держание рапиры с рукояткой «пистолет» отличается от держания рапиры с простой рукояткой всего лишь одной деталью: безымянный палец и мизинец обхватывают не корпус рукоятки, а нижний выступ ее (рис. 59).

Фехтуя, следует держать рукоятку рапиры, какого бы устройства она ни была, без излишнего напряжения, т. е. не сильно сжимая ее пальцами. Ненапряженное держание позволяет: во-первых, сохранять постоянно необходимую «свежесть» мышц руки, а во-вторых, более тонко ощущать движения своего оружия и в моменты соприкосновения клинков — оружия противника. Только в моменты действия оружием следует мгновенно сжимать рукоятку более сильно, акцентируя нажим на нее в зависимости от желаемого направления движения клинка то большим пальцем, то указательным, то тремя остальными, а то и всеми одновременно. Эта жизнь пальцев, то сжимающих рукоятку, то почти совсем ослабляющих давление на нее, сочетаемая с движениями в других суставах руки, и главным образом в лучезапястном, придает движениям клинка тонкость, четкость и законченность.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИВЕТСТВИЕ

При описании боевых приемов, действий и техники их выполнения для простоты и удобства изложения имеется в виду фехтовальщик, держащий рапиру (саблю, шпагу) в правой руке. Левше при чтении следует соответственно заменять все правое левым и левое правым.

Стойка «Смирно» фехтовальщика (рис. 60) применяется при построениях для занятий, парадов, показательных выступлений и соответствует положению «Смирно» в строю. Рапира находится в опущенной левой

руке рукояткой вперед, клинок подхватывается перед гардой четырьмя пальцами снизу и придерживается большим пальцем сверху. Оружие занимает наклонное положение, острие клинка обращено назад и не поднимается выше коленей.

Положение «Вольно» принимается из строевой стойки по команде «Вольно!». Не сходя с места, фехтовальщик расслабляет мышцы ног, шеи, туловища и чуть-чуть сгибает в колене правую или левую ногу.

Исходное положение (рис. 61) принимается также из строевой стойки и предшествует боевой стойке. Если партнеры стоят лицом друг к другу, то для принятия исходного положения им следует поставить правую стопу носком вперед к партнеру, а левую перпендикулярно к ней, сомкнув при этом пятки. Лицо должно быть обращено к партнеру, туловище — вполоборота к нему. Обе руки симметрично полуприподняты вверх в разные стороны: правая вперед, левая назад, вытянуты и супинированы, кисти обеих рук развернуты ладонями влево-вверх. В групповых занятиях исходное положение принимается по команде «В исходное положение — становись!», сначала выполняется полповорота налево (голова не поворачивается) и одновременно правая рука ложится на рукоятку рапиры, затем правая нога, отделившаяся при повороте, приставляется к левой под прямым углом, правая рука выносит оружие вперед-вниз, а левая рука отводится назад — вниз. В начале обучения исходное положение выполняется по разделениям, а в дальнейшем — слитно. Возвращение в строевую стойку осуществляется в обратной последовательности: полповорота направо с одновременным перемещением рапиры в левую руку и приставлением левой ноги к правой с опусканием правой руки.



Рис. 60. Стойка
«Смирно»

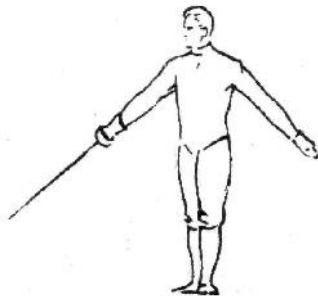


Рис. 61. Исходное
положение

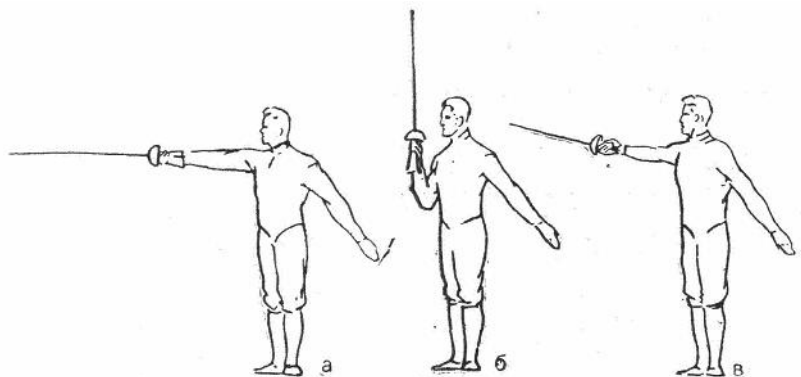


Рис. 62. Приветствие (салют):
а—первое положение; б—второе положение; в—третье положение

Приветствие (салют) делается противнику, судьям и зрителям. Приветствие выполняется из исходного положения. Первоначально прямая вооруженная рука поднимается до уровня плеча и останавливается параллельно полу (рис. 62, а). Затем она сгибается в локтевом суставе, поднося гарду к подбородку с поворотом кисти ладонью к лицу (рис. 62, б). Рапира и предплечье — в вертикальной плоскости. Далее рука выпрямляется, вынося рапиру в сторону старшего судьи на уровне плеча (рис. 62, в). При этом голова также поворачивается лицом к старшему и угловым судьям, стоящим по ту же сторону дорожки. После салюта им рапира снова поднимается до вертикального положения гардой к подбородку, и приветствие повторяется в другую сторону стоящим там судьям и зрителям. Последним таким же способом приветствуется противник, после чего вооруженная рука возвращается в исходное положение. Приветствие перед боем выполняется по выходе бойцов на поле боя.

БОЕВАЯ СТОЙКА

Боевая стойка (рис. 63) — это положение фехтующего, наиболее выгодное для ведения боя, т. е. одинаково удобное как для наступательных действий, так и для обороны и маневрирования. Почти все приемы в бою выполняются из боевой стойки, и неправильности в ней поэтому часто ведут к ошибкам в выполнении их. Вследствие этого обучать боевой стойке нужно с особой тщательностью, добиваясь прочного освоения ее во всех деталях. В боевой стойке правая нога фехтовальщика находится впереди. Расстояние между стопами равно примерно ширине плеч. Носок правой стопы обращен вперед, левой — влево, т. е. стопы находятся под прямым углом одна к другой, причем пятка правой ноги и ближняя к пятке часть левой стопы расположены на боевой линии. Ноги согнуты так, что правое колено находится над носком правой стопы, а левое — над носком левой. Тяжесть тела распределена на обе ноги, но несколько больше нагружена правая нога. Туловище обращено правым боком и слегка грудью к противнику и чуть наклонено вперед. Правое плечо несколько ниже левого. Лицо обращено к противнику. Полусогнутая рука с оружием вынесена вперед. Локоть находится против правого бока и отстоит от него на длину кисти. Кисть вооруженной руки — на уровне середины бицепса и повернута ладонью вверх-влево, если рапира с простой рукояткой или с перекладиной, и влево, если рапира имеет рукоятку типа «пистолет». Предплечье и клинок в одной прямой линии, устремленной вперед и немного вверх. Острие клинка на уровне и против своего левого глаза. Левая рука — сзади, поднята вверх и свободно полусогнута, причем локоть немного выше плеча, предплечье вертикально, кисть расслаблена и свисает в сторону головы. Основным признаком правильности боевой стойки следует считать расположение примерно в одной вертикальной плоскости правой руки, туловища, правой ноги и пятки левой стопы.

Первоначально боевая стойка принимается из исходного положения на два счета: 1) вооруженная рука,

выпрямляясь, выносятся вперед, в сторону противника; 2) правая нога выставляется вперед, обе ноги сгибаются, и одновременно руки и оружие принимают боевое положение. После освоения выполнения боевой стойки по разделению она принимается в целом по команде: «К бою»

Типичные ошибки при первых выполнениях боевой стойки: 1) недостаточно согнутые ноги; 2) перегруженность правой или левой ноги; 3) иксообразное положение ног, т. е. отклонение правого колена влево, а левого вперед; 4) смещение носка левой стопы назад, а правой внутрь; 5) отведение локтя вооруженной руки вправо (кнаружи); 6) разворот туловища грудью вперед; 7) чрезмерный прогиб в пояснице.



Рис. 63. Боевая стойка

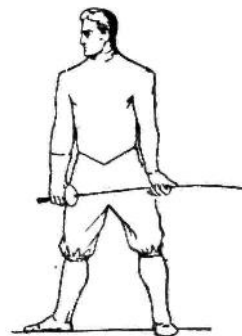


Рис. 64. Положение «вольно»

Описанные выше нормы боевой стойки обязательны в первые годы занятий фехтованием, в дальнейшем, с проявлением индивидуальных черт уже опытного бойца, боевая стойка может претерпевать некоторые изменения, зависящие от физических особенностей фехтовальщика. Кроме того, отклонения от норм боевой стойки во время боя могут зависеть и от тактических соображений и привычек фехтовальщика. Особенно разнообразны положения оружия: одни спортсмены держат оружие в верхней линии, сохраняя на некоторое время одну из номерных позиций (шестую, пятую, четвертую), другие — в нижней линии в позициях восьмой, второй, седьмой. Большинство фехтовальщиков предпочитает постоянное неопределенное, так называемое «холостое» движение оружия или довольно частые перемены номерных позиций — игру оружием.

Фехтовальщики в бою могут также пользоваться небольшими наклонами туловища вперед и назад (к противнику или от противника), причем при наклонах вооруженная рука, как правило, не должна менять своего уровня в кисти. Фехтовальщик может перемещать туловище вперед и назад, не меняя его наклона и не переставляя ног, а лишь перенося центр тяжести тела то на правую, то на левую ногу. Наиболее употребительно перемещение туловища назад, которое вызывается реагированием на ложные движения противника и короткие атакующие действия. При всех описанных выше движениях тела и вооруженной руки левая рука обычно остается в одном и том же положении.

Положение «вольно» (рис. 64) существует для отдыха на занятиях. По команде «Вольно!» ноги выпрямляются, не меняя места, а руки свободно опускаются, причем левая поддерживает клинок за середину в горизонтальном положении. Из положения «вольно» боевая стойка принимается как обычно: ноги сгибаются, левая рука одновременно поднимается вверх, а правая выносит рапиру дугой вдоль груди вверх-вперед.

Сбор — это возвращение из боевой стойки в исходное положение после окончания боя, индивидуального урока или групповых занятий. Выполняется сбор вперед и назад на один счет: движение начинается с выпрямления ног и одновременного приставления левой ноги к правой (возвращение вперед) или правой к левой (возвращение назад). Вооруженная рука выпрямляется в сторону противника и поднимается до уровня плеча, параллельно полу, а левая опускается вниз в исходное положение, и, наконец, рука с оружием принимает положение, симметричное левой.

Возвращение из боевой стойки в строевую осуществляется на два счета: 1) с переносом тяжести тела на левую ногу правая нога толчком приставляется к левой, и одновременно руки опускаются вниз (принимается исходное положение); 2) с пол-оборотом направо рапира дугой вниз-назад переключается правой рукой в левую, затем левая нога приставляется к правой и правая рука спускается к бедру — принимается положение «смирно».

ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

В фехтовальном бою фехтующим приходится почти все время маневрировать. Это происходит потому, что в различные моменты боя фехтовальщику выгодно находиться то ближе, то дальше от противника. Возникает борьба за выгодную для себя дистанцию, которая и выражается в передвижениях бойцов вперед и назад, реже — в стороны, т. е. в маневрировании.

Шаги являются главным приемом маневрирования. Они могут быть по форме движений простыми и скрестными и по направлению — вперед, назад, вправо, влево. Перемещения тела, как быстрые, так и медленные, в любом направлении должны осуществляться в горизонтальной плоскости плавно и легко, без раскачиваний и колебаний.

Шаг вперед (рис. 65, а, б, в, г, д, е) производится плавным толчком левой ноги вперед, в результате которого туловище фехтовальщика перемещается в сторону противника. Правая нога, сперва активно сгибаясь в колене,

переходит в упор на основание пальцев, отрывается от пола и, разгибаясь в колене, выставляется по боевой линии вперед примерно на длину стопы с приземлением сначала на пятку, а потом на всю ступню. Левая нога немедленно переставляется вперед на такое же расстояние, и боевая стойка восстанавливается. Шаг вперед можно начинать и с левой ноги, переставляя ее вперед на некоторое расстояние или вплотную к правой, после чего правая нога выставляется вперед на соответствующее расстояние для сохранения боевой стойки. Цель такого шага — сократить дистанцию незаметно для противника.

В зависимости от тактического назначения шага вперед меняется и его выполнение. Для того чтобы незаметно приблизиться к противнику, шаг выполняется мягко, бесшумно, вкрадчиво и почти без отрыва ступни правой ноги от пола. Если же фехтовальщик намерен вызвать противника на контратаку или отступление, то шаг вперед нужно выполнять умышленно заметно, с утрированно приподнятой стопой правой ноги и шумной постановкой ее на пол.

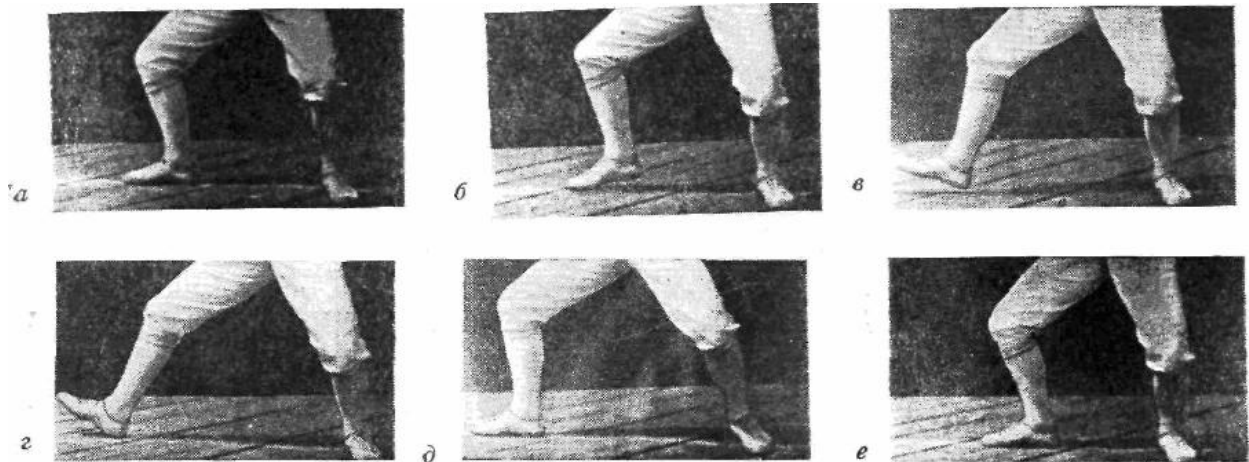


Рис. 65. Кинограмма шага вперед

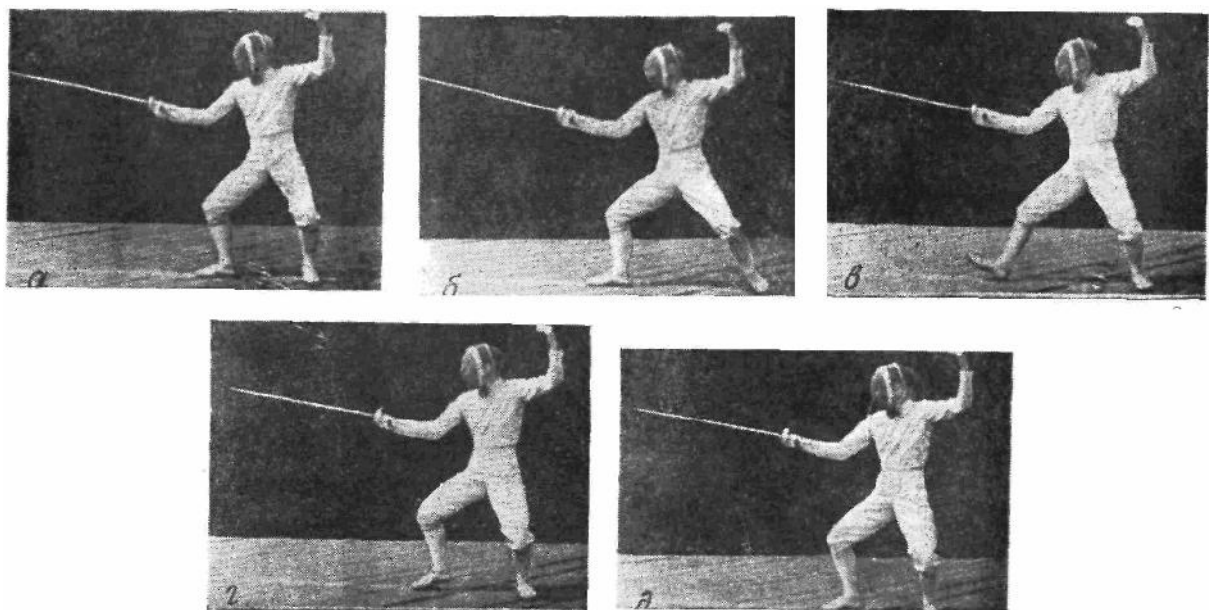


Рис. 66. Кинограмма шага назад

Шаг назад (рис. 66, а, б, в, г, д) производится плавным толчком правой ноги назад посредством разгибания ее в колене, в результате которого туловище, не нарушая вертикального положения, перемещается назад. Левая стопа переставляется назад, касаясь дорожки сначала основаниями пальцев. Затем правая нога перемещается на такое же расстояние назад и стойка восстанавливается. Допустимо и другое выполнение шага назад, когда сначала назад переставляется правая нога и следом за ней левая перемещается на соответствующее расстояние. При первоначальном групповом обучении шаги вперед и назад выполняются под команду. Для выполнения шага вперед подается команда: «Вперед — шаг!», для выполнения шага назад — команда: «Назад — шаг!»

Возможные ошибки при выполнении простых шагов: 1) колебания туловища в вертикальном направлении, возникающие при разгибании ног во время шага; 2) раскачивание туловища вперед и назад; 3) волочение ноги по полу: при выполнении шага вперед — левой, а при выполнении шага назад — правой; 4) чрезмерно высокий отрыв ступней от пола; 5) смещение ступней носком внутрь или кнаружи от принятого положения, особенно носка правой ступни влево при шаге назад, отчего нарушается правильность боевой стойки.

Кроме простых шагов вперед и назад, в фехтовальном бою нередко применяются полушаги вперед и назад, которые также являются средством сокращения или увеличения дистанции. Полушаг вперед — выставление правой ноги вперед с небольшим продвижением тела и без подставления левой ноги — осуществляется с целью разведки, вызова контрдействия противника и т.д. Полушаг назад — оставление левой ноги назад с небольшим перемещением тела в том же направлении. В бою наиболее применим полушаг назад в сочетании с принятием защиты.

Шагами вправо и влево фехтовальщики пользуются редко. Обычно они применяются для ухода в стороны, в сочетании с принятием защиты или для отвлечения внимания противника. Шаг вправо выполняется переставлением вправо правой ноги, а затем левой, и шаг влево — переставлением левой ноги влево, затем правой в том же направлении и на то же расстояние.

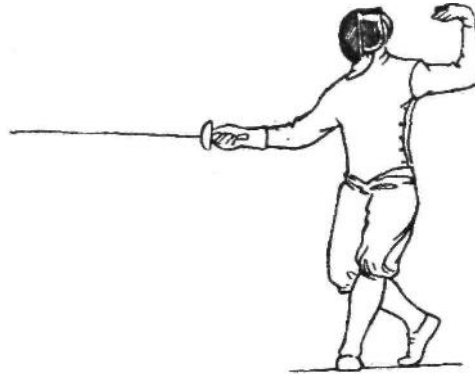


Рис. 67. Скрестный шаг назад

Скрестный шаг вперед представляет собой два последовательных шага с левой и правой ног. Выполняется следующим образом: левая нога, толкнув тело вперед, проносится вперед мимо правой ноги, слева от нее, и ставится на пол немного впереди носка правой стопы, при этом носок левой ноги остается все время повернутым влево. Затем правая нога выставляется вперед на то же расстояние и происходит восстановление боевой стойки. Скрестный шаг вперед может применяться для сближения с противником, находящимся вне боевой дистанции. Скрестный шаг вперед не боевой прием, но им можно пользоваться как подготовительным упражнением при изучении атаки броском (стрелой).

При обучении скрестный шаг выполняется или в целом или по разделениям, в зависимости от общей подготовленности занимающихся. **Скрестный шаг назад** (рис. 67) выполняется последовательными шагами с правой и левой ног. Правая нога, толкнув тело назад, проносится мимо левой ноги и ставится на пол несколько сзади ее на основание пальцев, сохраняя носок обращенным вперед; затем левая нога отставляется назад на то же расстояние, что и правая, приземляясь на основание, пальцев с последующим переходом в опору на всю стопу. Ноги при этом остаются согнутыми, а тело, как в боевой стойке, почти вертикальным.

Скрестный шаг назад применяется для быстрого и глубокого отступления от противника, особенно в момент неготовности отразить его наступательные действия.

Ошибки при изучении скрестных шагов встречаются такие же, как и при выполнении простых.

Скачки — быстрые перемещения тела вперед или назад, характеризующиеся фазой полета. Скачки применяются для быстрых и внезапных сближений с противником или для быстрых и глубоких отходов от него.

Скачок вперед применяется чаще всего в атаках с дальней дистанции, где он сочетается с последующим выпадом. Выполняется по схеме простого шага вперед, отличаясь от него лишь тем, что фехтовальщик вследствие резкого толчка левой ногой оказывается какое-то мгновение в отрыве обеими ногами от пола. Правая нога приземляется первой на основание пальцев стопы или на весь след и сильным толчком вниз-назад выносятся вперед на выпад, в то время как левая нога, стоя уже на полу, толкает тело вперед. Допустимо выполнение скачка вперед и изолированно, что применяется для быстрого и внезапного сближения с противником при разрешении какой-либо тактической задачи.

Скачок назад совершается с целью облегчить защиту для ухода от атаки противника, для подготовки контратаки и т. д., выполняется как по схеме скрестного шага назад, так и по схеме простого шага. В скачке назад, выполняемом по схеме скрестного шага, толчок происходит с обеих ног одновременно, в результате чего фехтовальщик оказывается летящим. Правая нога в момент полета обгоняет левую и приземляется первой на носок с последующим переходом на всю стопу, направление носка остается неизменным. Затем приземляется левая нога на основание пальцев, также с переходом в опору на всю стопу.

Скачок назад по схеме простого шага назад осуществляется посредством толчка в основном правой ногой, разгибающейся в колене, с последующим приземлением сперва на левую ногу или на обе ноги одновременно. Возможен и скачок назад в схеме простого шага, но с почти одновременным толчком обеими ногами и посадкой сразу на обе стопы.

Типичные ошибки при выполнении скачков: 1) толчок с одной ноги при скачке назад по схеме скрестного шага; 2) толчок вверх, особенно при скачке назад, в результате которого происходит недостаточное продвижение назад; 3) отклонение туловища назад с перемещением при посадке тяжести тела на левую ногу. Такая ошибка нередко вызывает падение фехтовальщика.

ФЕХТОВАЛЬНЫЕ СЕКТОРА ПОРАЖАЕМОГО ПРОСТРАНСТВА

Если условно провести вертикальную и горизонтальную линии через кисть вооруженной руки фехтовальщика, находящегося в боевой стойке, то все поражаемое пространство его разделится на четыре сектора (рис. 68):

- 1) левый нижний;
- 2) правый нижний;
- 3) правый верхний;
- 4) левый верхний.

Сектора, расположенные справа от руки (второй и Четый), называются наружными, или наружной линией, а сектора слева от руки (первый и четвертый) — внутренними, или внутренней линией. Сектора первый и второй называются нижними, а третий и четвертый — верхними.

Далее для удобства определения позиций, защит и уколов будут употребляться указанные названия секторов и линий.

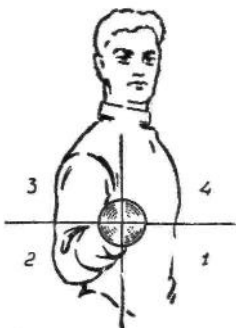


Рис. 68. Сектора поражаемого пространства

ДИСТАНЦИЯ

Дистанция — это расстояние между фехтующими. Дистанция может быть ближней, средней и дальней. Ближняя дистанция — расстояние, при котором фехтовальщик может колоть своего противника одним лишь выпрямлением вооруженной руки. Средняя дистанция — расстояние, при котором фехтовальщику приходится уже сделать выпад, чтобы нанести укол. Дальняя дистанция — расстояние, при котором противник может быть поражен только в атаке с шагом вперед и последующим выпадом или в броске.

Следовательно, дистанции в фехтовании имеют относительную величину, меняющуюся в зависимости от роста фехтовальщика. Поэтому фехтующий имеет дело с двумя дистанциями: своей и дистанцией противника.

Дистанцию во время занятий можно определять и по соединениям различных частей клинка (рис. 69). При ближней дистанции клинки соединяются сильными частями, при средней дистанции — средними частями и при дальней — слабыми.

Фехтовальный бой требует постоянных перемещений по дорожке вперед, назад, т. е. постоянного изменения дистанции между фехтующими. Умение определять, по-боевому оценивать Дистанцию и улавливать малейшие изменения в ней является одним из главных требований боя и носит название у фехтовальщиков «чувство дистанции».

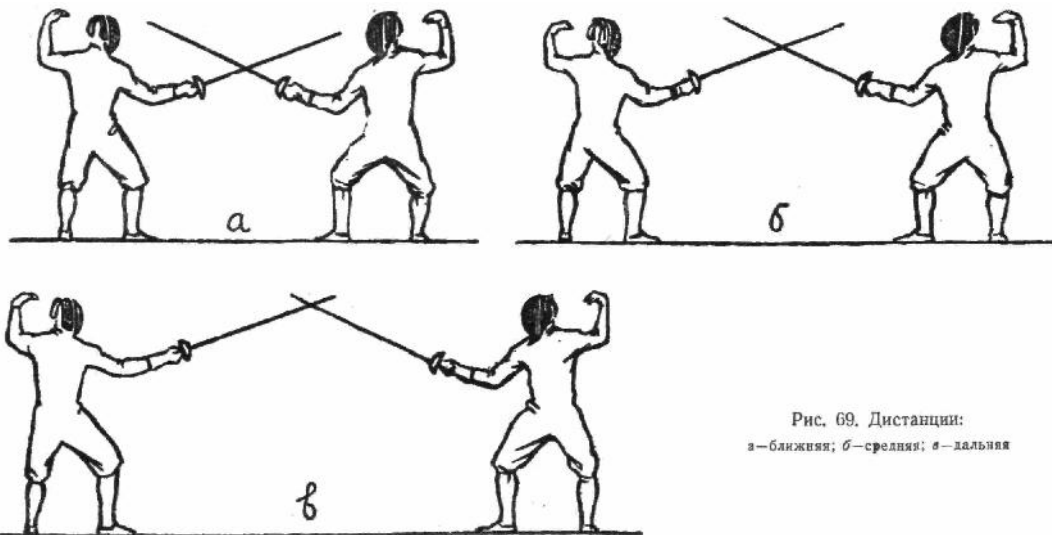


Рис. 69. Дистанции:
а — ближняя; б — средняя; в — дальняя

ПОЗИЦИИ И ИХ ПЕРЕМЕНЫ

Позиция — это определенное положение вооруженной руки и оружия по отношению к поражаемому пространству фехтующего. Кроме типовой боевой позиции, широко применяемой в бою и обязательной при первоначальном обучении, имеются еще и номерные позиции. Их нумерация определяется расположением оружия в том или ином секторе. Пользуются ими при изучении защитных действий оружием, так как номерные позиции почти совпадают с конечными положениями защит, что придает особое значение их изучению. Всего позиций девять. Номерные позиции не угрожают непосредственно острием оружия противнику, а стоят как бы на страже различных секторов поражаемого пространства. Каждый сектор имеет по две позиции, положение вооруженной руки при одной из них ладонью вверх, при другой ладонью вниз. Позиции и их перемены в бою являются подготавливающими положениями и действиями и могут выполняться в индивидуализированной своеобразной форме. В бою номерные позиции могут быть вызовами противника на определенные действия, а непрерывная перемена позиций может служить игрой оружия. Позиции как подготовительные упражнения к выполнению защит должны совершаться точно с соблюдением норм, описанных ниже.

Описание позиций дается по секторам поражаемого пространства. В первом секторе находятся первая и седьмая позиции, во втором — вторая и восьмая, в третьем — третья и шестая и в четвертом — четвертая и пятая позиции.

Первая позиция (рис. 70). Оружие находится перед первым сектором. Вооруженная рука полусогнута в горизонтальной плоскости. Кисть пронирована и находится на уровне верхней части груди и против левого края туловища. Локоть вооруженной руки на уровне плеча. Острие ниже гарды на уровне и против паха.

Седьмая позиция (рис. 71) сходна с первой. Оружие находится также перед первым сектором, против левого, внутреннего, контура своего поражаемого пространства. Вооруженная рука полусогнута. Кисть повернута ладонью влево и находится на уровне нижней границы груди. Острие ниже гарды, несколько левее ее (сантиметров на 10), и направлено вперед и вниз.



Рис. 70. Первая позиция

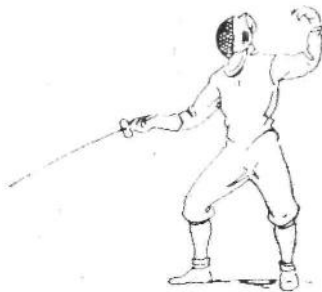


Рис. 71. Седьмая позиция

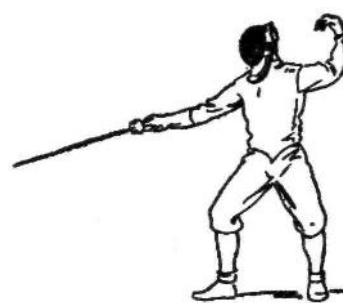


Рис. 72. Вторая позиция



Вторая позиция (рис. 72). Оружие находится перед вторым сектором, против правого внешнего контура поражаемого пространства. Вооруженная рука слегка согнута. Кисть, повернутая ладонью вниз-вправо, находится на уровне нижней границ груди и немного правее ее. Острие ниже гарды и чуть левее ее и расположено на уровне и против своего таза, т. е. клинок направлен острием в общем вперед-вниз.

Восьмая позиция (рис. 73) сходна со второй. Оружие также находится перед вторым сектором, против наружного края тела, и также при ней закрыты от уколов по внешней линии нижние сектора поражаемого пространства, кисть, повернутая ладонью вверх и немного влево, находится на уровне нижней границы груди. Острие ниже гарды в уровне таза и направлено вперед-вниз. Гарда, в отличие от второй позиции, не выходит наружу за контур поражаемого пространства.

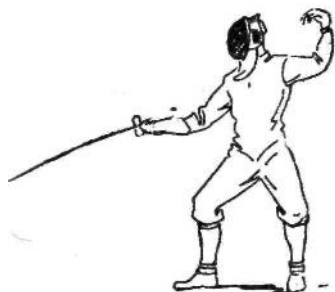


Рис. 73. Восьмая позиция

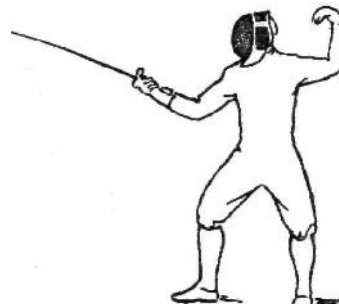


Рис. 74. Шестая позиция



Шестая позиция (рис. 74) находится в третьем секторе. Вооруженная рука полусогнута и вместе с оружием находится против правой границы поражаемого пространства фехтовальщика. Предплечье и клинок составляют одну прямую линию, устремленную вперед-вверх. Локоть отстоит от бока примерно на длину кисти. Острие выше

гарды и расположено на уровне и против своего правого уха, кисть супинирована и обращена ладонью вверх-влево при наличии гладкой рукоятки и влево — при рукоятке с перекладиной и «пистолете». Шестой позицией часто пользуются как основной боевой позицией.

Третья позиция (рис. 75) сходна с шестой. Оружие — перед третьим сектором. Закрывается при ней, так же как и при шестой позиции, верхние сектора от уколов по внешней линии. Вооруженная рука полусогнута и поставлена вместе с оружием против правого края поражаемого пространства. Кисть повернута ладонью вниз и расположена немного ниже уровня шестой позиции. Острие выше гарды, находится на уровне лба и несколько правее головы. Локоть против правого бока и отстоит от него примерно на длину кисти. В бою применяется редко.

Четвертая позиция (рис. 76) находится в четвертом секторе. Вооруженная рука немного согнута и вместе с оружием расположена против левого края своего туловища. Острие выше гарды. Внутренний край гарды и средняя часть клинка стоят точно против левой границы груди, а острие на уровне глаз и немного левее головы. Локоть отстоит от туловища на длину кисти. Предплечье почти горизонтально. Кисть повернута ладонью влево. Клинок наклонен и острием направлен вперед-вверх и слегка влево.

Пятая позиция (рис. 77) находится также в четвертом секторе. В общих чертах она сходна с четвертой позицией, но отличается от нее расположением гарды — против центра поражаемого пространства, большим выходом острия влево, более низким уровнем острия (уровень плеча), положением кисти с ладонью, обращенной вниз-влево, и вполне горизонтальным предплечьем.

Девятая позиция (рис. 78). Оружие — над третьим сектором, рука так же согнута, как и в шестой позиции, но поднята выше, кисть против дельтовидной мышцы правой руки, острие выше гарды и направлено вперед-влево, средняя часть клинка на уровне глаз.

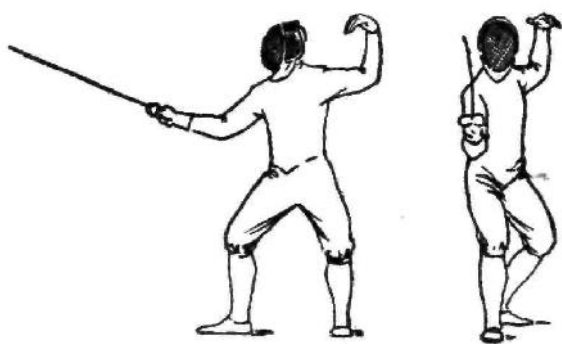


Рис. 75. Третья позиция

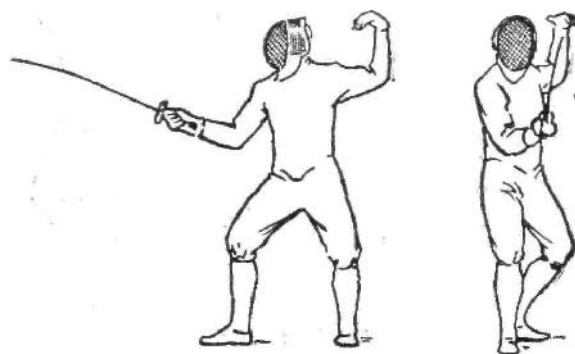


Рис. 76. Четвертая позиция

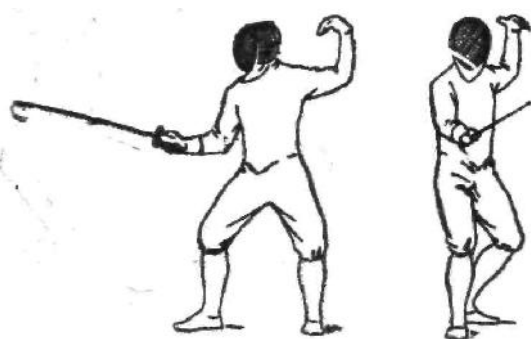


Рис. 77. Пятая позиция

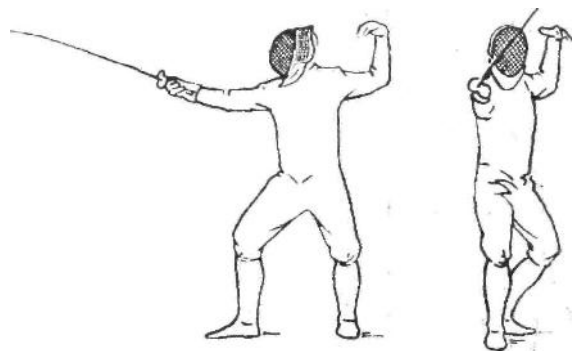


Рис. 78. Девятая позиция

Кроме боевой и номерных позиций, в фехтовальном бою применяются сходные с ними положения оружия, но не отвечающие строго их нормам. Наиболее часто применяется позиция, при которой положение руки и оружия является средним между шестой и четвертой позициями; и реже — позиция, при которой положение руки и оружия среднее между седьмой и восьмой позициями. При изучении позиций, если, занимающиеся стоят в фехтовальном положении «Вольно», подаются команды: «Четвертую позицию — принять», «Вторую позицию — принять» и т. д. Если же занимающиеся стоят в положении боевой стойки, то для принятия нужной позиции подаются команды: «Четвертой — закройсь», «Второй — закройсь» и т. д.

Перемена позиций. Фехтовальщики во время боя часто меняют позиции. Перемена позиций в этом случае является «игрой оружия», имеющей тактическое назначение. Переходы оружия из одной позиции в другую могут быть прямолинейными и непрямолинейными. Прямолинейный переход осуществляется перемещением вооруженной руки и рапиры кратчайшими путями. В учебных упражнениях перемены позиций целесообразно совершать исключительно по определенным путям движения соответствующих защит (рис. 79). Пути эти будут описаны ниже применительно к выполнению защит. Перемены позиций могут включать в себя самые различные сочетания.

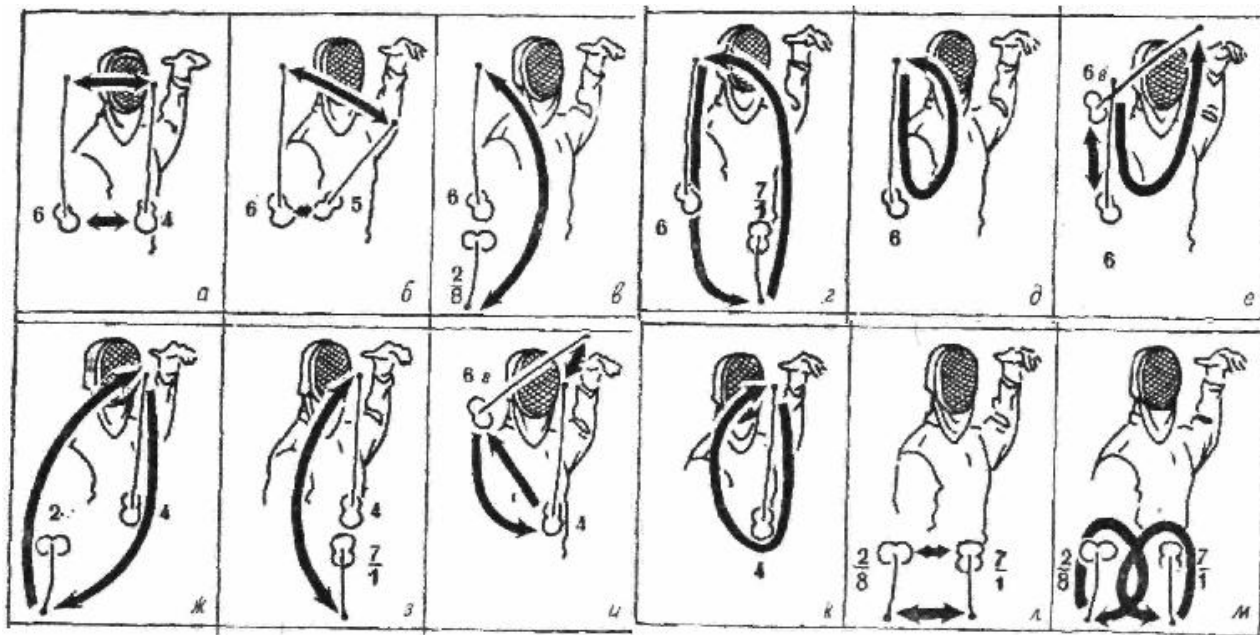


Рис. 79. Пути передвижения оружия при переменах позиций и в защитах

СОЕДИНЕНИЯ И ИХ ПЕРЕМЕНЫ

Положение оружия фехтующих, при котором клинки их соприкасаются, называется **соединением**. Клинки при этом могут соприкасаться с разных сторон. Бой на рапирах может протекать в длительном устойчивом соединении, в Эпизодических кратковременных соединениях и вне соединения, что зависит от манеры фехтовальщиков держать свое оружие во время боя. Обычно бой проходит в непрерывно меняющихся кратковременных соединениях. В процессе изучения фехтовальных приемов и тем более в фехтовании на рапирах знание соединений, умение их выполнять и применять имеют большое значение. Соединениям присвоены цифровые обозначения, связанные с номерами позиций, в которых они возникают.

Второе соединение — соприкосновение рапир наружными (правыми) сторонами клинков, находящихся во вторых позициях.

Четвертое соединение — соприкосновение рапир внутренними (левыми) сторонами клинков, находящихся в четвертых позициях.

Пятое соединение — соприкосновение рапир внутренними (левыми) сторонами клинков, находящихся в пятых позициях.

Шестое соединение — соприкосновение рапир наружными (правыми) сторонами клинков, находящихся в шестых позициях.

Седьмое соединение — соприкосновение рапир внутренними (левыми) сторонами клинков, находящихся в седьмых позициях.

Восьмое соединение — соприкосновение рапир наружными (правыми) сторонами клинков, находящихся в восьмых позициях.

Первое, третье и девятое соединения в бою не применяются. Наиболее часто применяемые в бою это шестое, четвертое, седьмое и восьмое соединения.

Соединение, при котором оба фехтовальщика в одинаковой степени не закрыты от укола прямо, называется нейтральным. Возможно соединение, при котором один из фехтовальщиков закрыт от прямого укола противника, а другой раскрыт. Закрытое положение фехтовальщика называется **владением соединением**, а фехтовальщика в таком соединении называют владеющим соединением. Конечным положением оружия и руки фехтовальщика, владеющего соединением, бывает та позиция, в которой происходит это соединение. Овладение соединением производится путем нажима на клинок противника и вывода острия его оружия за пределы своего поражаемого пространства.

Перемена соединения может происходить как в нижнем, так и в верхнем соединении. Обычно меняет соединение тот фехтовальщик, который, находясь в опасной близости от противника, открыт для прямого укола. Перемена соединений в бою употребляется часто как маскировка атаки, или как вызов противника на определенные действия, или как мера, затрудняющая атаку противника. Перемена соединений выполняется обведением своим клинком оружия противника снизу в верхних линиях или сверху — в нижних. Обведение совершается главным образом за счет движений в лучезапястном суставе с участием пальцев при предельно узком движении «линка». При этом обычно происходит завладение уже новым соединением, связанное со смещением своей вооруженной руки и оружия в сторону оружия противника. Перемена соединений может происходить на месте в разных дистанциях и с передвижениями вперед или назад. Перемена соединения может быть простой, когда оружие из одного соединения приходит в другое одним движением, и двойной, когда одна перемена

соединения следует непосредственно за другой. Двойная перемена соединения выполняется, так же как и простая, легкими усилиями кисти и пальцев: при первом вхождении в соединение фехтовальщик только лишь касается клинка противника легким мгновенным ударом и сейчас же входит в другое, одновременно овладевая им.

ПОКАЗ УКОЛА

Особое место в фехтовании на рапирах имеет показ укола или положение «вытянутая рука» (рис. 80). Показом укола называется принятие положения с вытянутой вперед вооруженной рукой, представляющего собой позиционную угрозу противнику уколом. Осуществляется эта угроза выпрямлением руки в сторону противника и направлением острия оружия в его-поражаемое пространство. В бою вытянутой рукой пользуются для затруднения атаки противника и как вызовом противника на определенные действия в атаке, на батманы и захваты. Тактическое значение вытянутой руки обусловлено правилами боя на рапирах, согласно которым при одновременности уколов, возникшей в результате атаки фехтовальщика на противника, держащего руку вытянутой, укол присуждается атаковавшему бойцу, как виновнику обоюдного поражения.

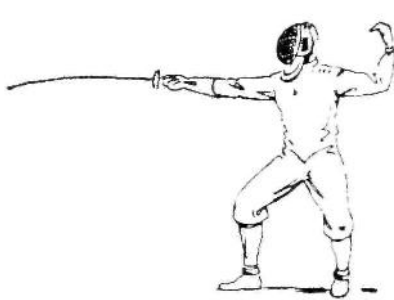


Рис. 80. Показ укола

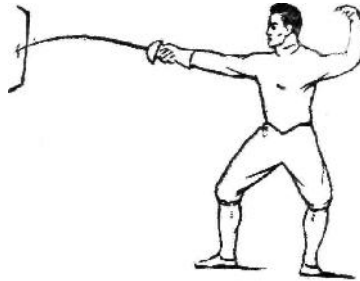


Рис. 81. Укол в ближней дистанции

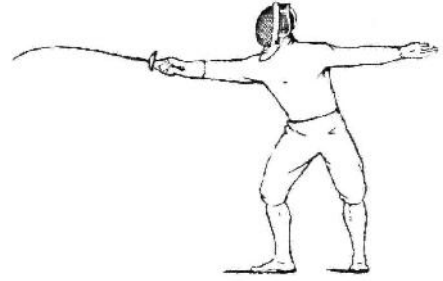


Рис. 82. Укол прямо с наклоном туловища вперед

УКОЛЫ

В фехтовании **уколом** называется утыкание острия (наконечника) рапиры в поверхность поражаемого пространства противника, возникшего в результате поступательного движения оружия, а стало быть, и вооруженной руки вперед. Правильно выполненным уколом является тот, при котором клинок двигался вперед вдоль своей продольной оси и четко уткнулся в поверхность поражаемого пространства. Наносить уколы можно прямо, переводом и переносом.

Уколы прямо

Уколом прямо называется укол, при выполнении которого острие рапиры достигает тела противника в прямолинейном движении. Следовательно, этот укол, как правило, применяется тех случаях, когда между острием атакующего и поражаемым местом противника нет ни оружия, ни руки его.

Уколы прямо можно выполнять из положения фехтующих вне соединения и из соединений. При уколе прямо из нейтрального соединения клинок атакующего легко скользит по клинку противника, почти не колебля его. При положении, когда соединением владеет противник, укол прямо совершается с отведением оружия противника в сторону посредством нажима на его клинок. Прямолинейное движение острия рапиры при этом не должно нарушаться. Укол прямо в зависимости от дистанции может выполняться: только вытягиванием руки, вытягиванием руки с наклоном тела, с шагом, с выпадом, с шагом вперед и выпадом, со скачком вперед и выпадом и в броске.

Укол прямо с ближней дистанции выполняется только вытягиванием одной руки (без сближения с противником) посредством направления острия рапиры и быстрого выпрямления руки в сторону поражаемой поверхности тела противника (рис. 81); к моменту прикосновения острия к телу противника рука и рапира должны представлять собой одну прямую линию, идущую от плечевого сустава до точки прикосновения (утыкания) острия к телу противника.

После утыкания острия кисть вооруженной руки поднимается, достигая в конечном положении укола уровня шеи, т. е. оказывается немного выше правого плеча. Укол прямо из всех позиций начинается с придания острию определенного направления и вытягивания руки. Придание острию определенного направления осуществляется пальцами, преимущественно большим и указательным, и кистью. Вытягивание руки складывается из поднимания анатомического плеча и разгибания руки в локтевом суставе. Оба эти движения осуществляются одновременно, дополняя одно другим, но большей активностью должно обладать поднимание анатомического плеча, которое при должной раскрепощенности Мышц руки содействует и разгибанию руки в локтевом суставе.

Укол прямо в промежуточных дистанциях между ближней и средней может совершаться с одновременным наклоном туловища вперед (рис. 82), но так, чтобы линия плеч при этом оставалась по возможности горизонтальной. Кроме этого, укол прямо можно производить с небольшим шагом вперед, где выпрямление руки сопровождается сближением и утыкание острия происходит до постановки на пол правой ноги.

Обучение уколам прямо производится с использованием спей циальных мишеней и партнеров. При этом уколы наносятся сперва с ближней дистанции только рукой, затем с полусредней — с наклоном туловища вперед,

далее со средней — расчлененно: сперва показ укола, а потом выпад и, наконец, со средней дистанции уже в целом, обращая особое внимание на своевременное вытягивание вперед вооруженной руки и точное направление острия.

Возможные ошибки при уколе прямо: 1) перенапряженность мышц руки и плечевого пояса, выражающаяся обычно в поднятии плечевого сустава вверх; 2) слишком резкое и сильное сокращение разгибателя предплечья вооруженной руки, вследствие чего конец рапиры «клюет» вниз и укол получается «наложенным»; 3) опаздывающее, неполное выпрямление вооруженной руки и склонность к замаху.

Уколы переводом

Укол **переводом** называется укол, совершаемый с обведением своим клинком оружия противника со стороны его гарды. Применяется укол переводом в тех случаях, когда оружие и рука противника преграждают путь к совершению прямого укола. Укол переводом выполняется посредством одновременного сочетания двух движений рапиры: обводящего оружие противника и поступательного движения вперед, в результате чего возникает винтообразное движение острия вперед (рис. 83).

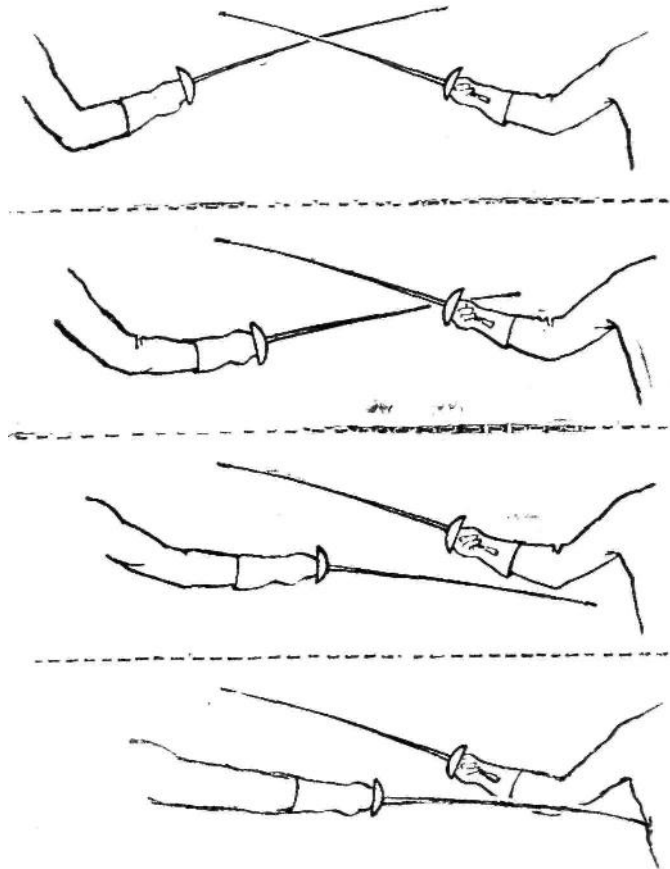


Рис. 83. Укол переводом

Выполнение укола переводом в различных условиях

При положении оружия противника острием вверх (выше кисти) укол переводом совершается опусканием слабой части клинка вниз под рапиру противника и последующим направлением острия в намеченное для поражения место. Ось этого движения находится около середины рукоятки рапиры. Обведение оружия противника осуществляется движением в лучезапястном суставе и нажимами пальцев с одновременным выпрямлением руки вперед. Гарда при этом движется почти прямолинейно по направлению к противнику. Обведение оружия и руки противника следует производить узким движением клинка, т. е. как можно ближе к ним.

Укол переводом при положении оружия противника острием-вниз (ниже кисти) производится тем же винтообразным движением острия рапиры с той лишь разницей, что путь острия противоположен первому случаю, т. е. начинается обводящее движение клинка с посылы острия вверх.

Возможны уколы переводом с кистью, повернутой ладонью вниз. Такое положение кисти особенно часто встречается при уколах переводом из верхней линии в нижнюю под руку противника. Укол в этом случае обычно выполняется с небольшим, а иногда умышленно большим опусканием кисти с целью обхода оружия противника в его защите.

Типичные ошибки при уколе переводом: 1) перевод выполняется с замахом; 2) вооруженная рука выпрямляется лишь после обведения рапиры противника; 3) перевод совершается движением всей руки от

плечевого сустава; 4) широкое движение при обведении оружия и руки.

Уколы переносом

Укол переносом называется укол, выполняемый обведением своим клинком оружия противника со стороны его острия. Применяется укол переносом преимущественно в тех случаях, когда оружие противника не дает возможности колоть его прямо, а низкое положение острия и еще более низкое положение гарды оружия противника делают более удобным путь обведения оружия сверху, чем снизу. Уколы переносом, обведением острия снизу менее употребительны. Укол переносом выполняется движением рапиры вверх и на себя (рис. 84, а — с супинированной рукой и. 84, б — с пронированной) с последующим движением ее вниз и вперед до утыкания острия в тело противника. Касание оружия противника фехтовальщиком, совершающим укол переносом, нежелательно.

Выполнение укола переносом в различных условиях

Движение клинка при уколе переносом сверху рапирой с простой рукояткой и с перекладиной при супинированном положении кисти осуществляется сгибанием руки в локте ладонью к себе с одновременным небольшим (в зависимости от высоты острия рапиры противника) сгибанием кисти на себя. Локоть при этом не приближается к своему боку, за исключением случаев выполнения укола переносом с ближней дистанции.

При держании рапиры кистью, обращенной ладонью влево, укол переносом осуществляется в основном за счет движения в лучезапястном суставе и разгибания и последующего сгибания 3, 4 и 5-го пальцев. Рапирой с пистолетной рукояткой это движение выполняется в основном движением кисти на себя с ладонью, обращенной влево, и пассивным небольшим разгибанием пальцев, лежащих на рукоятке «пистолета». Локтевой сустав в этом движении принимает минимальное участие. Движение клинка вниз и вперед при гладкой рукоятке и рукоятке с перекладной осуществляется посредством разгибания в локтевом и лучезапястном суставах, при пистолетной рукоятке — приводящим движением кисти, нажимом на рукоятку пистолета большого пальца и разогнувшихся в замахе пальцев и разгибанием руки в локтевом суставе. Движение клинка вниз-вперед при рукоятках всех систем сопровождается выпрямлением руки вперед, т. е. подниманием локтя до уровня плечевого сустава. Движение острия вниз должно заканчиваться раньше совершения укола, во время которого рука и оружие уже должны быть в одной прямой линии. Ширина размаха клинком при уколе переносом обуславливается местом нахождения острия рапиры противника.

Движение замаха и укола в переносах выполняется обычно в вертикальной и близких к вертикальной плоскостях, но допустимо как исключение выполнение укола переносом и в наклонной плоскости.

При уколах переносом с выпадом выпад должен начинаться следуя за движением рапиры вперед, т. е. после замаха.

Обучение уколу переносом аналогично уколу прямо и уколу переводом.

Типичные ошибки при выполнении укола переносом: 1) чрезмерно большой замах, достигающий до положения острия вверх-назад; 2) при замахе — приближение локтя к своему боку; 3) при движении клинка вниз на укол — падающее движение всей руки; 4) в момент соприкосновения острия с телом противника — остаточное движение острия вниз (наложенный укол).

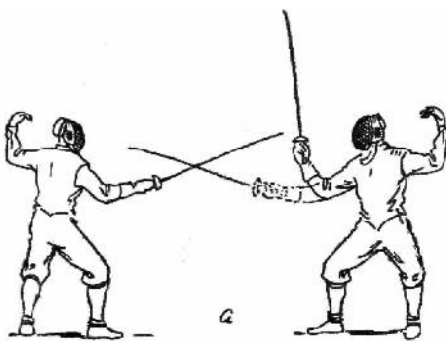


Рис. 84. Укол переносом:
а — с супинированной кистью; б — с пронированной кистью

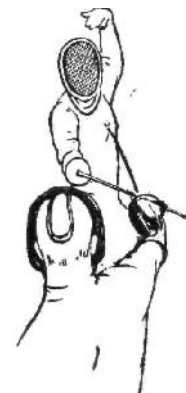
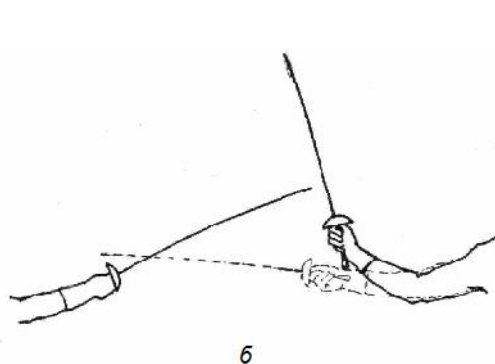


Рис. 85. Укол с оппозицией в шестом соединении

Уколы с оппозицией

Все виды уколов (прямо, переводом и переносом) можно выполнять с оппозицией, т. е. с одновременным закрытием от возможного укола противника. Применять оппозицию при уколе приходится тогда, когда противник в своей позиции угрожает уколом (например, при держании им показа укола). Оппозиция при выполнении укола заключается в сопутствующем движению укола отстранении оружия противника в сторону движением сильной части клинка или гарды к слабой или средней части клинка (противника (рис. 85). Отстранения оружия, т. е. его отводы в оппозиции, как правило, делаются в стороны.

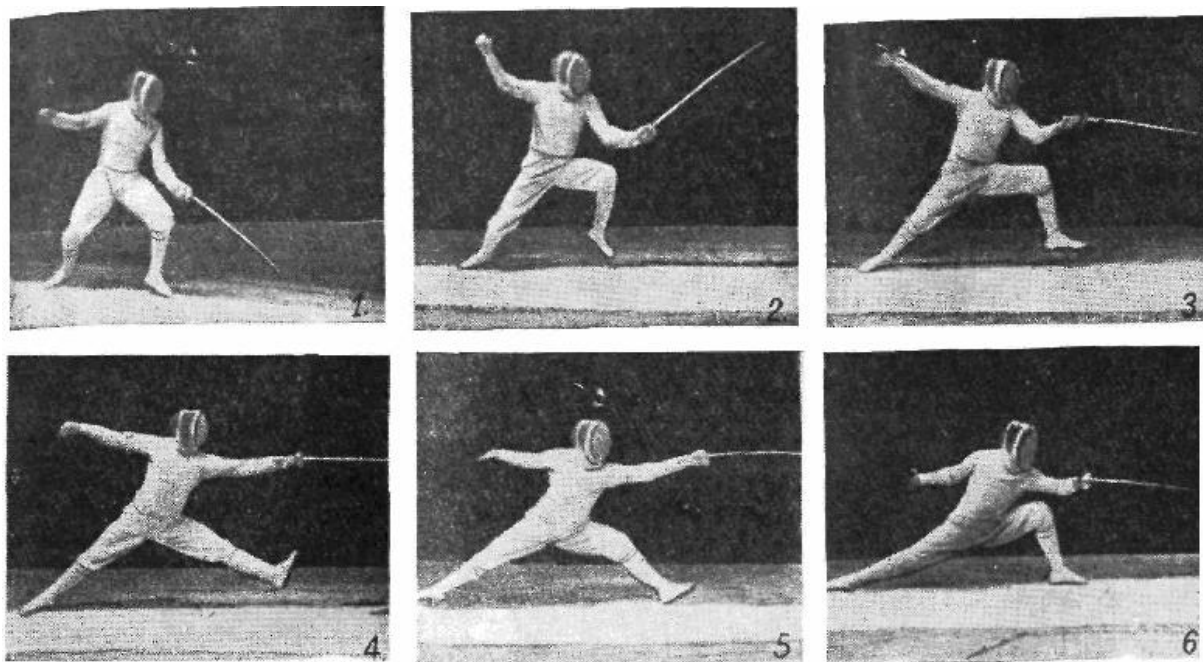


Рис. 86. Кинограмма выпада

Уколы с выпадом

Уколы с выпадом — основной прием поражения противника.

Выпад (рис. 86) — быстрое перемещение тела фехтовальщика в сторону противника с целью достать его оружием, выполняемое посредством сильного толчка вперед сзади стоящей ногой, наклона туловища вперед и выставления правой ноги в сторону противника.

На кинограмме показан шестикратный чемпион мира француз Х. д'Ориоля, фехтующий левой рукой, что необходимо учитывать при чтении описания выпада и ухода из него, сделанного относительно правши.

В начале выпада ведущим является отводящее движение левой ноги, а в конце — ее разгибание. Отводящему движению левой ноги на старте выпада помогает активное сгибание в колене правой ноги, из-за чего пятка ее отделяется от пола. Одновременно с началом толчка ног и наклона туловища совершается выпрямление правой руки, «отмашка» левой руки, т. е. выпрямление ее движением назад и вынос правой ноги маховым движением сперва бедра, а затем голени. Выпрямление правой руки при этом завершается раньше всех других сопутствующих движений ногами и туловищем. Правая стопа выставляется по боевой линии вперед, разгибанием в колене, приземляется на пятку с последующим переходом в опору на всю стопу. Выносу вперед голени правой ноги предшествует мгновенный толчок вниз-назад основанием пальцев с последующим небольшим подниманием носка при проносе стопы вперед.

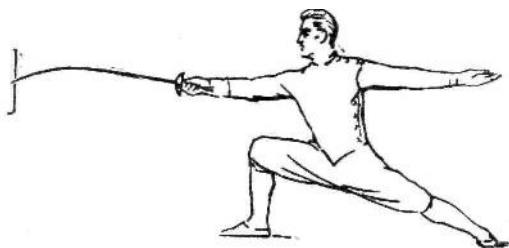


Рис. 87. Конечное положение укола с выпадом

В результате всего туловище подвигается вперед и слегка вниз увеличивая немного свой наклон в сторону противника. Движение туловища вперед пресекается как стопорящим выставлением правой ноги, так и прекращением толкающего движения левой ногой. В конечном положении выпада (рис. 87) ноги расположены по боевой линии, как и при боевой стойке, левая нога полностью выпрямлена и опирается о пол следом всей ступни, не изменяя направления носка, правая согнута так, что голень ее вертикальна и опирается также на всю стопу. Таз слегка опущен вниз до такого положения, при котором правое бедро принимает горизонтальное положение. Рука с оружием выпрямлена в направлении к противнику, ладонь ее обращена вверх-влево, кисть на уровне подбородка. Левая рука выпрямлена сзади, развернута ладонью влево и находится в горизонтальном положении. Туловище слегка наклонено вперед, но менее, нежели левая нога. Голова держится прямо и повернута лицом к противнику.

Поскольку цель выпада — достать оружием противника ранее, нежели он успеет совершить какое-либо защитное противодействие, выполнять его следует быстро и мягко, как и само движение укола. Мягкость нужна для того, чтобы резкостью начальных движений уже не мобилизовать противника на защитные действия.

Однако различной длине выпада должны соответствовать разные сочетания движений руки с оружием, ног и туловища. Обусловлено это тем, что выпрямление руки с оружием занимает в несколько раз меньше времени, нежели выполнение выпада.

При изучении начало выпрямления вооруженной руки в коле с выпадом должно совпадать с началом толчка левой ногой, наклоном туловища и отмахкой левой руки, но завершаться ранее сопутствующих ему движений туловища и ног. Это приводит к тому, что совершение укола опережает постановку на пол правой стопы.

Выпады при уколах с разных дистанций могут быть разной длины: от короткого выпада (полувыпад) (рис. 88) до предельно длинного (см. рис. 86). При последнем бывает целесообразно начинать выпрямление вооруженной руки после начального движения выпада, но и в этом случае рука в конце концов перегоняет правую ногу и укол все-таки совершается раньше приземления правой стопы. Возможно нанесение укола и одновременно с постановкой на пол правой ноги или даже позже, что, однако, не является правилом и бывает выгодно лишь в качестве тактического обманывания. Действительные скоростные атаки всеми уколами: прямо, переводом и переносом — требуют описанной выше координации движений. Следует лишь отметить, что при уколах с переносом в момент движения оружия от противника (замах) туловище атакующего не должно глубоко продвигаться вперед.

Имеется разновидность выпада, обусловленная особой тактической задачей быть наготове во время его выполнения к реагированию на контрдействия противника и вообще его поведение. Этот выпад отличается от скоростного, применяемого тогда, когда фехтовальщик несомненно в поражении намеченного места, замедленным началом с пассивным сперва оружием. Это начало совпадает с выносом правой голени сразу вперед без предварительного ее использования для начального придания телу движения вперед сгибанием правой ноги в колене. Окончание выпада проходит с большим ускорением и по форме не отличается от скоростного. Находят применение и другие варианты выпада, имеющие уже целью удлинение его. Применяют их в тех случаях, когда дистанция в бою в момент атаки оказывается слишком большой для преодоления ее посредством нормального выпада и слишком незначительной, чтобы совершать двухтемповое комбинированное сближение (шаг вперед с последующим выпадом).

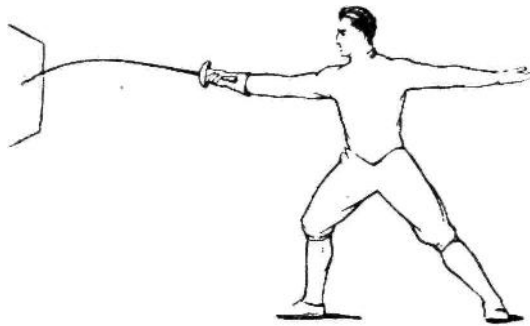


Рис. 88. Укол с полувыпадом

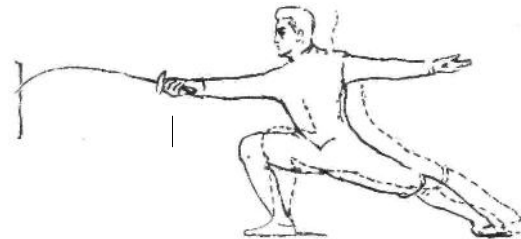


Рис. 89. Выпад со скольжением сзади стоящей ноги

Выпад со скольжением сзади стоящей ноги (рис. 89) выполняется вначале так же, как и обычный выпад, но завершается не стопорящей постановкой правой стопы на пол, а уступающей инерционному движению тела вперед. В результате в колене выставленной вперед ноги возникает острый угол, а стопа выпрямленной сзади ноги скользит подошвой по полу, продвигаясь вперед примерно на 20—30 см, чем и достигается удлинение выпада.

Прыжкообразный выпад дает удлинение за счет момента полета атакующего. Толчок в этом выпаде делается резко вперед и слегка вверх, вследствие чего атакующий оказывается летящим в сторону противника, сохраняя левую ногу выпрямленной. Приземляется первой правая нога, оказывающая стопорящее воздействие. Завершается все движение атаки принятием положения высокого выпада.

Ошибки при выполнении укола с выпадом: 1) неполное разгибание левой ноги в колене, сочетаемое с заваливанием ее стопы на внутренний край или отделением пятки от пола; 2) чрезмерный наклон туловища вперед с поворотом его грудью вниз, вызывающий падение вооруженной руки и оружия вниз; 3) толчок, левой ногой вверх, вследствие чего тело фехтовальщика движется не точно вперед, а по дуге вверх и вниз, и вызывает высокое поднимание правой ноги при ее выставлении; 4) замах вооруженной руки (взятие на себя) перед посылкой ее вперед и опускание ее вниз; 5) неактивная работа левой рукой (пассивное опускание ее вниз до левого бедра); 6) выставление правой ноги вперед с завалом колена и носка стопы влево; 7) преждевременный вынос правой ноги, опережающий выпрямление вооруженной руки.

Возвращение с выпада в боевую стойку (рис. 90). Неудавшаяся атака или ложная должна завершаться приходом атакующего в боевую стойку для продолжения боя. Возвращение в стойку может осуществляться с перемещением фехтовальщика назад, вперед и без таковых, что обуславливается боевыми ситуациями, возникающими сразу после окончания безрезультатной атаки.

Уход с выпада назад совершается отталкиванием выставленной вперед ногой посредством разгибания ее в колене и перестановки стопы назад на исходное место, касаясь пола сперва основанием пальцев. Одновременно с этим происходит активное сгибание левой ноги и левой руки, способствующее движению туловища назад и возвращению его в близкое к вертикальному положение. Вооруженная рука при этом, перегоняя движения ног и туловища, принимает то или иное положение в оппозиции к оружию противника.

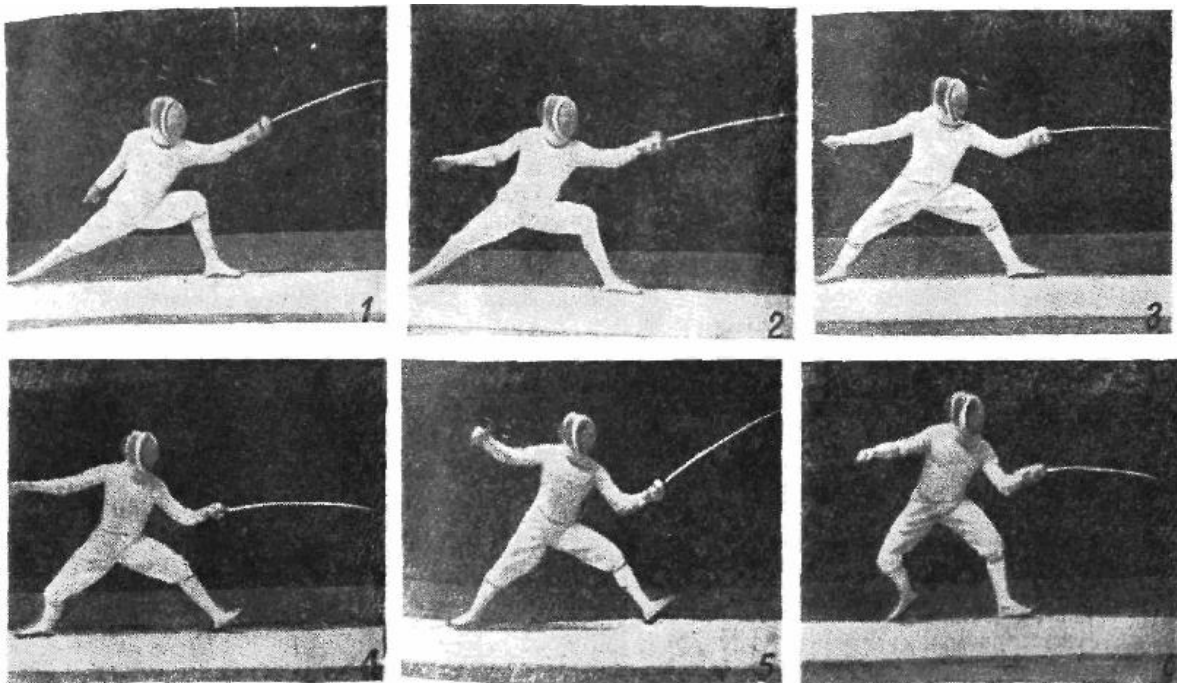


Рис. 90. Кинограмма ухода с выпада

Уход с выпада вперед, применяемый обыкновенно для преследования отступившего противника, начинается толчком сзади стоящей ноги, обеспечивающим перемещение тела вперед и подстановку левой ноги вперед до прихода в боевую стойку. Рука с оружием при этом принимает закрытую позицию ранее чем ноги и туловище восстановят боевую стойку. Возможно возвращение в боевую стойку посредством перемещения сразу обеих ног: правой стопы назад, а левой — вперед, без передвижения при этом туловища в горизонтальных направлениях. Такой возврат в боевую стойку обуславливается, как правило, «проваливанием» таза в конце длинного выпада, т. е. таким глубоким его опусканием, при котором колено выставленной вперед ноги оказывается выше таза. В этом случае растянутые до предела мышцы бедра создают эффект отдачи, в силу которого фехтовальщик как бы сам собой выкидывается вверх в боевую стойку.

При изучении ухода с выпада назад подается команда «За-Кройсь!», а для ухода с выпада вперед — «Вперед — закройсь!».

Возможная ошибка при уходе назад: левая нога своим сгибанием не помогает правой послать тело назад, а пассивно сгибаясь, даже оказывает сопротивление правой ноге.

ПРОСТЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

АТАКИ

Простая атака — это атака, содержащая в себе одно законченное движение оружия (один прием).

В современном фехтовании простые атаки являются основными средствами нападения. Это объясняется тем, что простая атака, осуществляемая своевременно, благодаря своей простоте может выполняться так быстро, что защита и контратака со стороны противника становятся затруднительными. Преимущество простой атаки состоит еще и в том, что она сравнительно легко выполнима и поэтому недостаток технической виртуозности не может пагубно отразиться на ее успешности.

Большая часть боя проходит в дальней дистанции, с которой непосредственная попытка колоть не приносит успеха. Оружие посылать на укол в атаке бывает выгодно со средней дистанции, а иногда и ближе. Поэтому рапиристы во время боя ждут или создают моменты сближения, моменты возникновения средней дистанции и атакуют при помощи выпада. Возможна атака и с дальней дистанции. В этом случае движение укола производится после быстрого сближения атакующего, совершаемого посредством шага или скачка вперед и реже посредством одного только броска вперед.

Продвижение фехтовальщика в атаке имеет нарастающую скорость, поскольку вначале возникает необходимость преодоления инерции боевой стойки. В простых атаках применяются все виды уколов: прямо, переводом, переносом.

Примеры наиболее распространенных простых атак уколом прямо с дальней дистанции:

- Исходное положение. Оба рапириста в шестой позиции. Атака: шаг или скачок вперед — укол прямо с выпадом по верхней внутренней линии.
- И. п. Оба рапириста в четвертой позиции. Атака: шаг или скачок вперед — укол прямо по верхней внешней линии.
- И. п. Шестое соединение, владеет им атакующий. Атака: шаг или скачок вперед — укол прямо по наружной верхней линии со скольжением.

- И. п. Шестое нейтральное соединение. Атака: шаг или скачок вперед, укол прямо по наружной верхней линии с нажимом.
- И. п. У атакуемого шестая позиция, у атакующего—восьмая. Атака: шаг или скачок вперед — укол прямо вверх или вниз.
- И. п. Восьмое соединение, владеет им атакующий. Атака: шаг вперед или скачок вперед — укол прямо вниз по нижней наружной линии со скольжением.
- И. п. Восьмое нейтральное соединение. Атака: шаг или скачок вперед — укол прямо с нажимом по нижней наружной линии.

Все эти атаки и другие можно выполнять и без предварительного сближения, ловя для этого момент начала маневренного приближения противника. В атаке с дальней дистанции фехтовальщик может приближаться к противнику и броском.

Примеры наиболее распространенных простых атак с дальней дистанции уколom с переводом:

- И. п. Шестое соединение, владеет им атакуемый. Атака: шаг или скачок вперед в соединении — укол с выпадом переводом вверх по внутренней линии или вниз.
- И. п. Шестое нейтральное соединение. Атака: шаг вперед или скачок в соединении — укол переводом вниз во второй сектор (укол вниз может быть с опусканием гарды) (см. рис. 91).
- И. п. Четвертое соединение, владеет им атакуемый. Атака: шаг или скачок вперед в соединении, укол с переводом с выпадом вверх по наружной линии или вниз во второй сектор.
- И. п. Четвертое нейтральное соединение. Атака: шаг или скачок вперед в соединении, укол переводом вниз с выпадом.
- И. п. Второе нейтральное соединение. Атака: шаг или скачок вперед, укол переводом вверх в третий сектор с выпадом.
- И. п. Второе соединение или восьмое, владеет атакуемый. Атака: шаг или скачок вперед, укол переводом вниз по внутренней линии или вверх в третий сектор с выпадом.

Примеры простых атак с дальней дистанции уколom переносом:

- И. п. Шестое соединение, владеет им атакуемый. Атака: шаг или скачок вперед, перенос с выпадом вверх по внутренней линии.
- И. п. Четвертое соединение, владеет им атакуемый. Атака: шаг или скачок вперед, укол переносом с выпадом вверх по наружной линии.

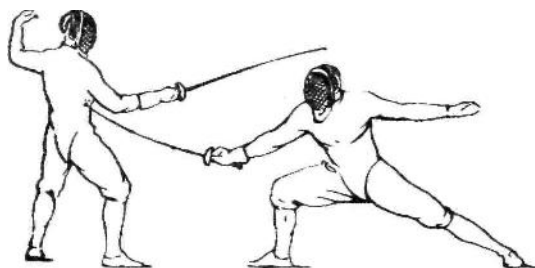


Рис. 91. Укол с опущенной рукой

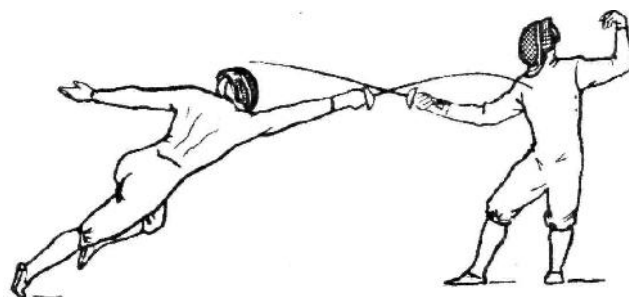


Рис. 92. Атака броском

Атаки броском

Все простые атаки с дальней дистанции можно выполнять и броском (атакой стрелой).

Броском в фехтовании называется стремительное стартообразное продвижение фехтовальщика бегом. Преимуществом атаки броском перед атакой, выполняемой с шагом вперед и выпадом, является то, что сближение с противником здесь происходит более быстро, более глубоко и менее заметно для него. Но наряду с этим имеется и недостаток — это невыгодное положение атакующего броском в случае удачной защиты атакованного, затрудняющее возможность парировать ответный укол и вообще развить хватку. В связи с этим мастера рапирного фехтования редко пользуются броском.

При атаке броском (стрелой) противник поражается в первом удлиненном шаге с левой ноги, совершаемом с большим общим наклоном тела в сторону противника и с усилением профильности положения туловища (рис. 92). Начальный толчок вперед совершают обе ноги. Однако первой покидает пол левая нога, после чего она махом бедра выносится вперед, а правая, являясь в этот момент опорной, сперва разгибается в тазобедренном суставе, усиливая сгиб в колене, а затем полностью энергично разгибается во всех суставах, кроме голеностопного (в котором происходит анатомическое сгибание), давая большое ускорение в продвижении тела вперед. Укол, как правило, наносится до приземления левой ноги в момент полного выпрямления, правой, затем движение вперед замедляется рядом укороченных тормозящих шагов, в результате которых движение вперед прекращается и атакующий вновь принимает вертикальное положение, будучи уже за противником, если последний не отступал, или оставаясь перед ним при его глубоком и быстром отходе.

Атака броском во всех случаях может выполняться и без пробегания мимо противника, что достигается выставлением далеко вперед на полный след левой ноги после уже совершившегося укола с одновременным приходом тела в вертикальное положение, а затем с выносом правой ноги вперед и в боевую стойку.

Фехтовальщики-рапиристы применяют чаще атаку с пробеганием, так как быстрое в ней сближение почти

вплотную может в какой-то мере затруднить противнику нанесение ответного укола после взятой защиты.

Атака броском имеет варианты: а) бросок начинается с выставления правой ноги вперед, как в начале шага вперед, с последующим переходом в уже описанное продвижение вперед; б) бросок начинается с выставления вперед левой ноги на всю стопу носком влево, как в начале двойного шага вперед, после чего производится укол в коротком выпаде правой ногой, переходящем в стопорящие шаги. Оба эти варианта броска применяются также в целях удлинения атаки, необходимого при нападении издали и на быстро отступающего противника. Кроме того, второй вариант броска выгоден в ложной атаке, производимой с целью вызова противника на контратаку или на ответ.

При обучении атаке броском нужно пользоваться следующими подготовительными упражнениями: а) быстрое выполнение скрестного шага вперед; б) толчок обеими ногами с наклоном тела вперед с последующим приземлением на левую ногу, а в момент приземления правой ноги — быстрое восстановление боевой стойки; в) толчок обеими ногами с выпрямлением вооруженной руки и наклоном тела с последующим приземлением на левую ногу с дальнейшим пробеганием

Типичные ошибки при выполнении атаки броском: 1) прыжок вверх, вызванный преждевременным разгибанием правой ноги в начале броска; 2) недостаточный общий наклон тела атакующего до момента нанесения укола; 3) неполное разгибание в начальном толчке левой ноги вследствие преждевременного снятия ее с пола; 4) недостаточно профильное положение тела при нанесении укола.

* * *

Все описанные выше виды уколов применительно к основной атаке, называемой часто просто атакой, могут быть использованы в бою в разных тактических вариантах атак, например, и в контратаке и в повторной атаке, в атаке второго намерения и ответной атаке. Во всех случаях техника самих уколов не изменяется, за исключением ближнего боя, когда приходится колоть согнутой рукой, а иногда даже с большим принятием оружия на себя.

КОНТРАТАКИ

Это атаки, совершаемые на противника, уже начавшего свою атаку. Цель контратаки — опередить своим уколом завершение атаки противником или встречным уколом (укол на укол) поразить противника, оставаясь непораженным.

Контратака на сближение обычно на шаг вперед может выполняться прямым уколом, если ему не препятствуют ни оружие, ни рука противника, уколом переводом и уколом переносом, если укол прямо невозможен. Контратаковать можно и в последний момент атаки противника, но тогда следует колоть с одновременным закрытием себя оружием, т. е. с оппозицией или с уклонением тела от укола атакующего.

Контратаки с уклонением (вольты). Уклонением в фехтовании называется движение туловищем в стороны или вниз при сохранении на месте одной или обеих ног. Укол с уклонением в фехтовании имеет цель, избегая укола противника, одновременно в момент уклонения самому нанести ему укол. Уклонение может выполняться в любую сторону и в любой момент атаки. Применяя уклонение в начале атаки, фехтовальщик стремится к опережению своим уколом атаки противника с одновременной страховкой от укола уходом тела. Используя вольт против последнего движения атаки противника, фехтовальщик прежде всего заботится о своевременности уклонения, т. е. о неполучении самим укола, и колет противника уже без опережения.

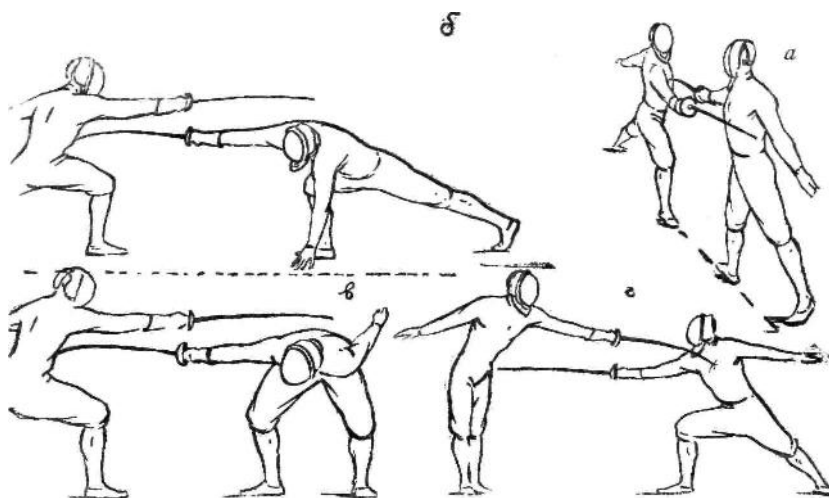


Рис. 93. Уколы с уклонениями:
а—вправо; б—вниз; в—влево-вниз; г—назад

Уколы с уклонениями тела возможны в разные стороны:

1) Укол с уклонением **вправо** (93, а) применяется от попыток противника колоть, главным образом, по внутренней верхней линии поражаемого пространства. Выполняется посредством перестановки левой ноги вправо, небольшого прогибания тела и поворота его налево. Колоть при этом предпочтительнее в верхние сектора.

2) Укол с уклонением **вниз** (рис. 93, б) — от уколов в верхние сектора поражаемого пространства,

выполняется отставлением левой ноги назад, наклоном туловища вперед и сильным приседанием вниз за счет дополнительного сгибания правой ноги. Левая рука опирается о пол немного левее правой стопы. При этом уклонении противник поражается уколom как в нижние сектора, так и в верхние.

3) Укол с уклонением **влево-вниз** (рис. 93, в) — от атак в верхние сектора поражаемого пространства. Осуществляется путем наклона туловища влево-вниз, небольшого приседания, т. е. дополнительного сгибания ног. Противник при этом получает укол в нижние сектора поражаемого пространства.

4) Уклонение **назад** (рис. 93, г) — от атак противника в нижние сектора. Выполняется перестановкой правой ноги назад к левой и отодвиганием таза назад, в результате чего возникает наклон туловища вперед к атакующему, который поражается уколom в верхние сектора.

Эти уклонения, в зависимости от действий атакующего, сочетаются с уколами прямо, переводом и переносом. В фехтовании широкого применения они не имеют, так как в случае неуспеха применившего их фехтовальщика затрудняется продолжение им боевой схватки.

Наиболее эффективны контратаки, применяемые в момент начала атаки противника с дальней дистанции. Выполняются они в этом случае с выпадами разной длины.

Укол в контратаке, произведенный на начало первого движения атаки противника, до того, как выяснится содержание его атаки, называется останавливающим уколom (франц. *coup d'arrêt*). Укол, выполняемый в контратаке в момент какого-нибудь движения противника в середине атаки или в конце, называется уколom в темп (франц. *coup de temps*).

ПОВТОРНЫЕ АТАКИ

Это атаки, совершаемые немедленно после того, как предыдущая атака не увенчалась успехом. Повторная атака выполняется путем быстрого ухода с выпада вперед, в боевую стойку, без ее фиксации и дальнейших действий в зависимости от обстановки. Повторная атака может выполняться и броском, совершаемым непосредственно из выпада. Применение повторных атак вызывает: 1) разрыв дистанции противником посредством глубокого отступления; 2) отсутствие ответа после взятия защиты противником с одновременным отступлением; 3) задержанный противником ответ.

В первом случае повторная атака производится различными уколами, в зависимости от поведения отступившего, при помощи одного выпада, с шагом вперед и последующим выпадом или броском; во втором и третьем случаях — уколom переводом или переносом с теми же сближениями, но менее глубокими, чем в первом случае.

СДВОЕННЫЕ УКОЛЫ (РЕМИЗЫ)

В фехтовальном бою имеют применение так называемые **сдвоенные уколы (ремизы)**, являющиеся разновидностью повторных атак. Сдвоенные уколы применяются против противника, отвечающего после взятой им защиты уколom переводом, переносом, с выдержкой или обманным движением. Сдвоенный укол выполняется следующим образом: совершив атаку и встретив защиту противника, атакующий, оставаясь на выпаде, немедленно повторно колет или прямо, если противник пытается отвечать уколom переводом или уколom переносом, или переводом, переносом, если противник задерживается с ответом. В зависимости от дистанции сдвоенный укол может выполняться и с небольшим движением оружия на себя, осуществляемым приближением локтя к боку. Сдвоенный укол можно выполнять и при уходе с выпада в начальной стадии возвращения в боевую стойку.

ОТВЕТНЫЕ АТАКИ

Это атаки, представляющие собой по форме и по идее развитой ответ. Выполняются они в тех случаях, когда непосредственно после защиты между фехтующими оказывается расстояние слишком большое даже для ответа с выпадом. Чаще всего это возникает при защите от разведывательной атаки противника или при «взятии» его клинка во время показывания им укола в своей игре оружием. Ответные атаки выполняются всеми видами уколom, но преимущественно уколom переводом с применением всех приемов атакowych сближений с дальней дистанции.

ЗАЩИТЫ (ПАРАДЫ)

Отстранение своим оружием оружия противника, пытающегося колоть, называется **защитой**.

Защита в фехтовальном бою на всех видах оружия употребляется как единое целое с ответным уколom-ударом, следующим непосредственно за ней. В данном разделе только для удобства изложения защиты описываются отдельно от ответов. По характеру прикосновения оружия защищающегося к оружию атакующего защиты делятся на **отбивы, отводы и подстановки**. Защита отбивом происходит в результате четкого ударного противодействия оружия защищающегося оружию атакующего. В этом случае соприкосновение рапир фехтующих происходит ударно. Защита отводом — это безударное отведение оружия противника в сторону, возникающее при уколах прямо, выполняемых противником из соединения. Защита подстановкой, или оппозиционной защитой, осуществляется противопоставлением сильной части своего клинка слабой или средней частям клинка противника, в результате чего возникает воздействие на оружие, по своему характеру среднее между отбивом и отводом.

В зависимости от пути движения оружием защищающегося фехтовальщика защиты называются прямыми, полукруговыми и круговыми (см. рис. 79). Конечное положение руки и клинка во всех видах защит в общем

аналогично положениям соответствующих им позиций.

При выполнении защит следует средней или сильной частью своего клинка отбить или отвести слабую или среднюю часть клинка противника. Поэтому уровень положения руки и оружия в защите зависит от направления клинка атакующего, а степень приближения оружия к туловищу защищающегося — от момента принятия защиты. Защитные движения должны совершаться предельно быстро, ибо они, как правило, догоняют оружие противника, который уже начал попытку колоть. Если фехтовальщик рано обнаруживает попытку противника колоть, то защита им принимается с продвижением оружия вперед и, касаясь оружия противника четким и легким ударом средней частью клинка по слабой (отбив), переходит в ответный укол. В этом случае в защите и ответе оружие находится в непрерывном продвижении вперед, что позволяет выполнять оба эти действия с максимальной быстротой. Если же фехтовальщик защищается позже, т. е. острие рапиры противника в атаке уже продвинулось близко к телу защищающегося, то ему приходится отстранять оружие противника более широким движением сильной части своего клинка и больше сгибать вооруженную руку в локте, беря оружие немного на себя приведением анатомического плеча к боку. Это делается для того, чтобы противопоставить в защите сильную часть своего клинка слабой или средней части клинка противника (подстановка) и для удобства нанесения ответа в условиях большой приближенности противника. В фехтовании на рапирах применяется девять защит. Наиболее применимы из них четвертая, шестая, седьмая, восьмая и вторая, выполняемые как прямыми полукруговыми, так и круговыми движениями оружия. Эти защиты поэтому и описываются первыми. По тактическому признаку, отражающемуся и на технике выполнения, защиты можно разделить на две основные группы:

1. Конкретные защиты, имеющие целью непосредственно отбить или отвести отчетливо увиденное оружие противника в его движении на укол. В этом случае обороняющийся видит и направление укола и в зависимости от этого берет ту или иную защиту.

2. Обобщающие защиты (безотносительные), имеющие целью отбить или «поймать» оружие противника безотносительным более широким круговым или полукруговым защитным движением оружия, начинающимся раньше того момента, когда выяснится направление укола противника. Следовательно, эта защита, давая выигрыш во времени, может страдать от неточного противопоставления частей клинков.

Все защиты, кроме круговых, осуществляются в согласованном активном участии почти всех суставов руки, за исключением суставов большого и указательного пальцев, где имеется в основном статическое напряжение.

Кроме этих фактических защит, имеются еще условные защиты, к которым относятся «взятие» оружия и специальные столкновения клинков. «Взятие» оружия заключается в том, что обороняющийся неожиданным по направлению защитным движением своего оружия касается оружия противника, совершающего обман или приближающегося с оружием, держащимся пассивно, и тем самым, получив право на ответ, немедленно наносит атакующему укол-удар. «Столкновение» оружия заключается в том, что атакующий ставит свою рапиру на пути переводных движений противника в его атаке с обманом, вследствие чего возникает столкновение клинков, опять-таки дающее право обороняющемуся на ответ.

Следует напомнить в заключение, что защита в фехтовальном бою употребляется в едином комплексе с ответным уколом, следующим непосредственно за ней.

Прямые защиты

Защиты, в которых оружие для отстранения клинка противника совершает прямолинейное или близкое к нему движение, называются **прямыми**. Прямые защиты возникают при отражениях укола, направленного в соседний по горизонтали сектор как в верхних, так и нижних линиях.



Рис. 94. Четвертая защита

Техника выполнения прямых защит следующая:

Прямая четвертая защита (см. рис. 79, а и рис. 94). Принимается из шестой позиции и шестого закрытого соединения. Она отстраняет оружие противника при его попытках колоть в верхние сектора по внутренней линии. Выполняется движением рапиры влево до принятия положения 4-й позиции. Острие рапиры при этом проходит чуть большее расстояние, нежели гарда. Перемещение рапиры влево идет в основном от пронизывающего вращения руки в плечевом суставе с попутным поворотом кисти ладонью влево и небольшим разгибанием в лучезапястном суставе. Локоть при этом остается почти на месте. Движение завершается четкой

остановкой оружия и руки в четвертой позиции напряжением мышц-антагонистов и нажатием пальцев на рукоятку, особенно средним, безымянным и мизинцем. В результате этого происходит четкий отбив рапиры противника. Четвертая прямая защита может защищать и первый сектор, что для нее, однако, не типично. В этом случае рапира в защите движется влево-вниз до принятия четвертой низкой позиции. В движениях Руки добавляется приводящее движение анатомического плеча, в результате которого оно оказывается почти вертикальным, и сгибание в локте.

Прямая пятая защита (см. рис. 79, б, рис. 95). Принимается из тех же положений, что и прямая четвертая. Защищает в основном верхние сектора. Ею, подобно четвертой защите, но с большим успехом, можно при соответствующем снижении Рапиры защитить и нижние сектора и тем более в условиях ближнего боя, где она сопровождается наклоном тела и приседанием (рис. 96). Выполняется смещением рапиры влево и вниз до положения пятой позиции. В зависимости от уровня оружия противника в атаке, как уже было сказано, пятая защита может завершаться и более низкими положениями. При нормальной пятой защите при движении оружия влево-вниз гарда доходит до середины туловища, средняя часть клинка до внутренней границы поражаемого пространства, а острие рапиры значительно выходит за границу тела влево. Рапира перемещается посредством пронизывающего движения всей руки в плечевом суставе, полной пронации кисти и небольшого разгибания ее при активном участии среднего, безымянного пальца и мизинца. При отражении уколов вниз добавляется приводящее движение руки, в результате которого острие оказывается ниже гарды.



Рис. 95. Пятая защита

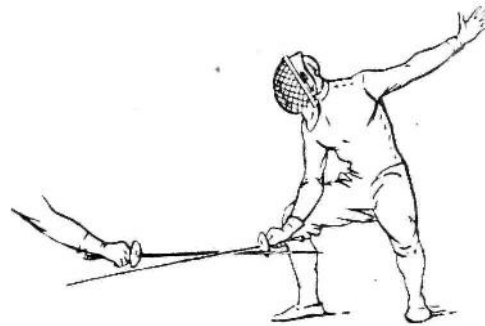


Рис. 96. Пятая низкая защита

Прямая шестая защита (см. рис. 79, а, б, рис. 97). Принимается из четвертой и пятой позиций и соответствующих, им закрытых соединений. Защищает верхние сектора поражаемого пространства. Выполняется перемещением рапиры вправо и немного вперед до принятия положения шестой позиции с той лишь разницей, что острие рапиры в конечном положении защиты выходит немного больше вправо за наружную линию головы, а гарда поднимается чуть выше. Движение рапиры вправо происходит за счет супинирующего вращения полусогнутой в локте руки в плечевом суставе, супинирующим поворотом кисти ладонью вверх, сочетаемым с отводящим движением в лучезапястном суставе.

Последние два движения, супинирующий поворот кисти и отведение ее, должны быть коротки и четки, чем и достигается четкость самого отбива. Инерция движения прекращается напряжением мышц-антагонистов и нажатием пальцами на рукоятку.

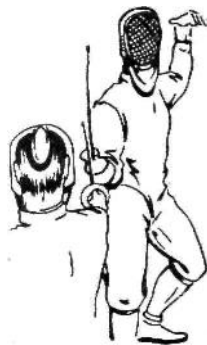


Рис. 97. Шестая защита

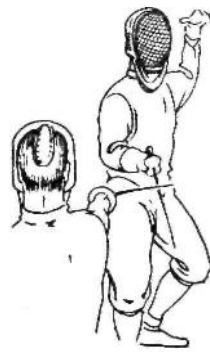


Рис. 98. Седьмая защита

Прямая седьмая защита (см. рис. 79, л, рис. 98). Принимается из восьмой позиции и восьмого закрытого соединения для защиты нижних секторов. Выполняется движением оружия и руки влево до положения седьмой позиции. Смещение рапиры происходит от горизонтального приводящего движения руки внутрь в плечевом суставе с одновременными небольшими разгибанием и пронированием всей руки и кисти ладонью влево. Конечное движение рапиры акцентируется нажимом среднего, безымянного пальцев и мизинца на рукоятку. Остановка движения, как при выполнении и всех других защит, осуществляется сжатием рукоятки пальцами и напряжением мышц-антагонистов.

Прямая восьмая защита (см. рис. 79,л, рис. 99). Принимается из седьмой позиции и седьмого закрытого соединения для защиты нижних секторов. Осуществляется перемещением рапиры вправо до положения восьмой позиции. Движение идет от супинирующего вращения в плечевом суставе и в меньшей степени от горизонтального отведения руки кнаружи. Конечное положение фиксируется нажатием пальцев на рукоятку и напряжением мышц-антагонистов.

Прямая седьмая высокая защита (рис. 100). Принимается для отражения попыток противника колоть в среднюю и верхнюю части туловища. Отличается от нормальной седьмой тем, что кисть и вся рапира в ней движутся прямолинейно вверх-влево. Конечное положение защиты аналогично седьмой высокой позиции. Находит применение и как пресекающая движение клинка противника в его атаке с обманом.

Прямая вторая защита (см. рис. 79,л, рис. 101). Принимается редко. Выполняется из первой позиции и сходных с ней положений. Эта защита закрывает нижние сектора. Производится перемещением рапиры вправо, до положения второй позиции. Движение рапиры осуществляется горизонтальным, отводящим движением руки кнаружи в плечевом суставе, приведением кисти и нажимом большим пальцем на рукоятку с одновременной пронацией кисти ладонью вниз-вправо. Локоть при этом не выходит за пределы наружной границы тела. Остановка оружия и руки в конечном положении осуществляется аналогично описанным уже защитам.

Прямая третья защита сходна с шестой защитой и может применяться в тех же случаях и из тех же положений. Отличается она лишь повернутостью кисти ладонью книзу в конечном положении отбива. Применяется только в тех случаях, когда необходимо противопоставить противнику силу; вполне заменяема шестой защитой, дающей преимущества в ответных действиях.



Рис. 99. Восьмая защита

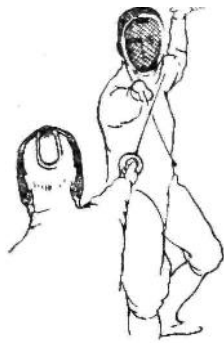


Рис. 100. Седьмая высокая защита



Рис. 101. Вторая защита

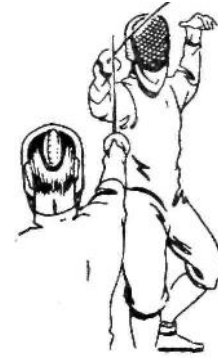


Рис. 102. Девятая защита

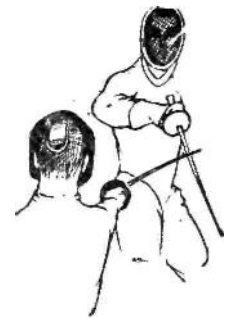


Рис. 103. Первая защита

Прямая девятая защита (см. рис. 79, и, рис. 102). Принимается из четвертой и пятой позиций и из этих же закрытых соединений. Защищает верхние сектора поражаемого пространства, выполняется движением рапиры до наклонной линии вправо-вверх, которое осуществляется подниманием вооруженной руки в плечевом суставе с одновременным супинированием и сгибанием кисти до положения девятой позиции. Прямая девятая защита является надежным противодействием попыткам противника колоть с переносом.

Прямая первая защита (см. рис. 79,л, рис. 103). Принимается из второй позиции и второго закрытого соединения. Защищает внутренние сектора поражаемого пространства и преимущественно нижние. Выполняется движением рапиры влево, до принятия положения первой позиции. Перемещение рапиры осуществляется небольшим сгибанием руки в локте и в лучезапястном суставе с одновременным подниманием кисти до уровня плеча. Все части рапиры проходят при этом примерно равное расстояние. Острие рапиры немного снижается. Отбив клинка противника происходит влево. Остановка оружия и руки в первой позиции выполняется аналогично остановкам при взятии других защит, описанных выше.

Полукруговые защиты.

Защиты оружием, в которых острие клинка описывает полукруговое или близкое к нему движение, называются **полукруговыми**. Полукруговые движения происходят в нижних защитах, принимаемых из верхних позиций и соединений, и в верхних защитах — из нижних позиций и соединений. Радиус полукругового движения должен быть минимальным, но обеспечивающим отстранение оружия противника. Осью полукруговых движений является во всех случаях кисть и лучезапястный сустав.

Полукруговая вторая защита (см. рис. 79,б). В отличие от прямой часто применяется в бою. Эта защита закрывает нижние сектора поражаемого пространства. Из шестой позиции и закрытого соединения выполняется полукруговым движением клинка влево-вниз-вправо до принятия положения второй позиции. Движение заканчивается нажимом большим пальцем на рукоятку и приведением кисти в лучезапястном суставе. Из третьей позиции вторая полукруговая защита принимается также полукруговым движением клинка, но уже с заранее пронирированной кистью. Из четвертой и пятой позиций эта защита выполняется с добавочным передвижением всей руки и оружия вправо, при котором клинок выполняет полукруговое движение лишь вниз-вправо. Добавочное движение оружия осуществляется горизонтальным отведением руки кнаружи с одновременной пронацией кисти. Движение завершается нажимом большим пальцем на рукоятку и небольшим, но четким приведением кисти (см. рис. 79, ж).

Полукруговая восьмая защита (см. рис. 79, в, ж). Принимается так же, как и вторая, из высоких позиций и соединений. Закрывает она тоже нижние сектора поражаемого пространства. Путь оружия в ней аналогичен движению оружия во второй защите. Отличается эта защита от второй супинированной кистью в конечном положении, тождественном восьмой позиции. Полукруговое движение клинка достигается круговым движением в лучезапястном суставе, где последовательно, но как единое целое проходит сгибание, приведение и разгибание кисти при одновременном небольшом опускании руки в плечевом суставе.

Полукруговая седьмая защита (см. рис. 79, г, з). Принимается из всех верхних позиций и соединений для защиты нижних секторов поражаемого пространства. Из шестой позиции выполняется полукруговым движением клинка острием вниз-влево и попутным смещением всей рапиры влево-вниз до принятия положения седьмой позиции. Осуществляется круговым движением кисти в лучезапястном суставе, завершающимся горизонтальным отведением руки внутрь, приведением кисти и пронированием ее до положения кисти ладонью влево. Четкость отбива обеспечивается в конечном моменте нажатием среднего, безымянного пальцев и мизинца на рукоятку. Из четвертой и пятой позиций полукруговая седьмая выполняется движением клинка вправо-вниз-влево до принятия седьмой позиции последовательным разгибанием, приведением и сгибанием кисти в лучезапястном суставе. Кисть и предплечье при этом лишь слегка опускаются. Конечное движение акцентируется небольшим сгибанием кисти и нажатием всех пальцев на рукоятку.

Полукруговая шестая защита (см. рис. 79, в, г) принимается из нижних позиций и соединений. Защищает она верхние сектора поражаемого пространства. Из второй и восьмой позиций и этих же соединений эта защита выполняется полукруговым движением клинка при относительно неподвижной гарде влево—вверх—вправо: из второй позиции — главным образом за счет супинирующего поворота кисти и из восьмой позиции — за счет последовательных сгибания и отведения, завершаемого разгибанием кисти. Работа в лучезапястном суставе сочетается с небольшим сгибанием в локте, поднимающим кисть и оружие до положения шестой позиции. Конечное положение в обоих случаях завершается нажимом пальцев на рукоятку и коротким, но четким отводящим движением кисти.

Полукруговая шестая защита из седьмой позиции и закрытого соединения выполняется с добавочным передвижением всей руки (особенно кисти и дистального конца предплечья) и оружия вверх-вправо до принятия шестой позиции. В движении руки вправо сочетается супинация руки в плечевом суставе с горизонтальным отведением кнаружи.

Полукруговые четвертая и пятая защиты (см. рис. 79, ж, з). Принимаются из нижних позиций и соединений для отражения оружия противника, направленного в верхние сектора поражаемого пространства.

Из седьмой позиции полукруговые четвертая и пятая защиты выполняются полукруговым движением клинка вправо—вверх—влево с одновременным небольшим подниманием всей руки вверх до положения четвертой или пятой позиций. Перемещение рапиры идет от кругового движения в лучезапястном суставе.

Из второй и восьмой позиций и тех же соединений эти защиты выполняются полукруговым движением клинка вверх-влево и всей руки прямолинейно влево и слегка вверх. Остановка движения осуществляется, как и во всех защитных движениях, добавочным сжатием рукоятки и напряжением мышц-антагонистов.

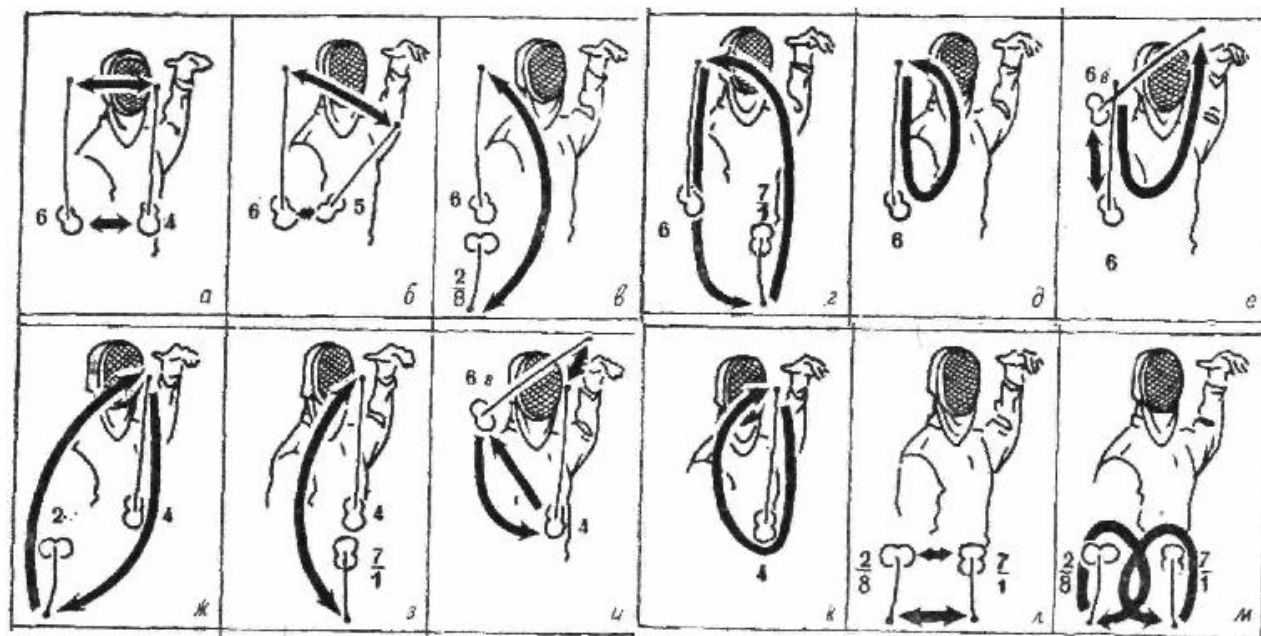


Рис. 79. Пути передвижения оружия при переменах позиций и в защитах

Полукруговая девятая защита (см. рис. 79, е) из шестой и третьей позиций и соответствующих им закрытых соединений, применяется против попыток противника колоть в верхние сектора. Выполняется она полукруговым движением клинка вниз — влево и косо вверх-вправо до принятия положения девятой позиции.

Движение осуществляется в лучезапястном суставе и пальцами и сопровождается подниманием руки в плечевом суставе.

Полукруговая седьмая высокая защита принимается из боевой и шестой позиций для отражения уколов вверх-внутрь. Выполняется в общем, аналогично нормальной седьмой защите, но с добавлением поднимания оружия вверх-влево до прихода гарды в положение против левого плеча.

Полукруговая первая защита (см. рис. 79, г). Выполняется из верхних наружных позиций и соединений. Защищает нижние сектора и нижние части верхних секторов поражаемого пространства. Осуществляется полукруговым движением клинка острием вниз-влево с перемещением всей рапиры влево до принятия положения первой позиции. Движение оружия производится сочетанием приведения кисти с пронирующим поворотом ее, заканчивающимся сгибанием руки в лучезапястном суставе и в локте. Применяется преимущественно из шестой позиции и, подобно высокой седьмой, эффективна при попытках пресечь движение оружия противника при атаках с обманом.

Полукруговые и отчасти прямые защиты можно применять и из «показа укола» и близких к нему положений. В этих случаях схема движения остается той же, что и при взятии защит из положений с согнутой рукой, но рука при этом сгибается, т. е. оружие берется на себя.

Круговые защиты

Защиты, при выполнении которых острие клинка рапиры совершает замкнутое или почти замкнутое круговое движение, называются **круговыми**. Круговые защиты применяются в тех же случаях, что и прямые. Кроме того, ими часто пользуются для отражения уколов переносами и затруднения противника в использовании им атак с обманами. При выполнении круговых защит кисть и гарда остаются почти неподвижными.

Круговая шестая защита (см. рис. 79, д). Принимается из шестой позиции и закрытого соединения для отстранения оружия противника, направленного в верхнюю или среднюю часть поражаемого пространства. Клинок рапиры движется по замкнутой кривой вниз-влево и затем вверх-вправо до принятия положения шестой позиции, образуя вытянутый вверх-вправо круг в наклонной плоскости. При выполнении круговой шестой защиты осью движения рапиры является и лучезапястный сустав и точка обхвата рукоятки большим и указательным пальцами. Диаметр круга, описываемого острием рапиры, должен быть минимальным, но обеспечивающим полноценное отстранение оружия противника.

Защита выполняется круговым непрерывным движением в лучезапястном суставе последовательно разгибанием, приведением, сгибанием и отведением кисти. Конечное движение рапиры усиливается разгибанием кисти в лучезапястном суставе и сжатием рукоятки пальцами с акцентированным нажимом указательного пальца в направлении вверх-вправо. При уколах противника в места поражаемого пространства, отдаленные от вооруженной руки, не исключена возможность принятия круговой шестой защиты более широким круговым движением, которое будет осуществляться в этом случае с помощью небольших движений и в плечевом и локтевом суставах.

Круговая третья защита (см. рис. 79, д). Принимается из третьей позиции и этого же закрытого соединения. Применяется также для закрытия верхних секторов поражаемого пространства. Осуществляется, аналогично шестой, круговым движением в лучезапястном суставе, клинок при этом также движется по замкнутому сплюсненному кругу вниз—влево—вверх—вправо до принятия третьей позиции. Кисть остается все время в пронируемом положении. Конечное движение акцентируется приведением кисти и нажимом большого пальца на рукоятку.

Круговая четвертая и пятая защиты (см. рис. 79, к). Принимаются из четвертой и пятой позиций и этих же закрытых соединений. Применяются, как правило, для закрытия верхних секторов поражаемого пространства. Выполняются круговым движением рапиры вниз—вправо—вверх—влево до исходного положения. Острие при этом описывает вытянутый вверх—влево эллипсис. Движение рапиры осуществляется круговым движением в лучезапястном суставе, включающим последовательно приведение, разгибание, отведение и сгибание. Конечное движение усиливается сгибанием кисти и нажимом трех последних пальцев на рукоятку.

Круговая вторая защита (см. рис. 79, ж). Принимается из второй позиции и второго закрытого соединения для отбива оружия, направленного противником в нижние сектора поражаемого пространства. Выполняется круговым движением клинка острием вверх—влево—вниз—вправо до принятия исходного положения. Движение рапиры осуществляется круговым движением кисти в лучезапястном суставе, начинающимся с разгибания и переходящим в отведение, сгибание и приведение при сохранении пронируемого положения кисти. Конечное движение рапиры акцентируется сочетанием приведения кисти в лучезапястном суставе и сильным нажимом большого пальца на рукоятку слева.

Круговая восьмая защита (см. рис. 79, м). Принимается из восьмой позиции и этого же закрытого соединения. Применяется для закрытия нижних секторов поражаемого пространства. Путь рапиры аналогичен таковому при круговой второй защите. Выполняется круговым движением кисти в лучезапястном суставе, начинающимся со сгибания кисти с последующими приведением, разгибанием и отведением. Локоть при этом движении не принимает участия. Конечное движение усиливается отведением кисти и нажимом пальцев на рукоятку.

Круговая седьмая защита (см. рис. 79, м). Принимается из седьмой позиции и этого же соединения. Применяется для закрытия нижних секторов поражаемого пространства. Выполняется круговым движением клинка острием вверх—вправо—вниз—влево до возвращения в исходное положение; движение клинка осуществляется круговым движением кисти в лучезапястном суставе с осью движения, проходящей через этот же сустав. Конечное

движение акцентируется сгибанием кисти и сильным нажимом трех последних пальцев на рукоятку.

В фехтовальном бою нередко пользуются круговыми защитами как обобщающими для отражения угрозы уколом в верх или в низ поражаемого пространства. В этих случаях круговые движения рапирой расширяются и становятся более мощными за счет ограниченного включения вращения в локтевом и плечевом суставах.

Отводящие защиты

Защита, осуществляемая безударным отведением клинка противника в сторону, называется **отводящей защитой**, или отводом. Принимается она при попытке противника колоть прямо из соединения. Особенностью отводящих защит является отсутствие удара по оружию — отбива. Отводы по форме движения, как правило, — прямые защиты, но возможны отводы и полукруговыми и круговыми движениями клинка. Выполнение отводов всегда сопряжено с активным противопоставлением сильной или средней части своего клинка слабой или средней части клинка противника. Осуществляется это движением рапиры на себя и усилением наклона острием вверх или вниз.

Из шестого нейтрального соединения отвод выполняется кнаружи (вправо) до принятия положения шестой или третьей позиции и осуществляется супинирующим поворотом в плечевом суставе и попутным приведением анатомического плеча и сгибанием руки в локте.

Отводящие прямые защиты

Из четвертого и пятого нейтральных соединений отвод выполняется влево-внутри до принятия положения четвертой или пятой позиций пронизирующим поворотом в плечевом суставе, сочетаемым с приведением плеча и сгибанием руки в локте.

Из второго и восьмого нейтральных соединений отводы выполняются вправо до принятия положения второй или восьмой позиций, с принятым более нормы оружием на себя и сильно опущенным вниз острием.

Из седьмого нейтрального соединения отвод выполняется влево-внутри до положения седьмой позиции с теми же дополнениями, что при второй и восьмой защитах.

Полукруговые отводящие защиты выполняются полукруговым движением клинка, выводящим оружие противника из верхней линии в нижнюю и, наоборот, при ярко выраженном движении всей рапиры на себя и увеличением угла между предплечьем и клинком. Это движение оружия осуществляется за счет описанных выше усилий руки.

Полукруговые отводящие вторая и восьмая защиты принимаются в том случае, если противник пытается колоть прямо из четвертого нейтрального соединения. Отвод в этом случае осуществляется движением клинка по дуге влево—вниз—вправо, также с некоторым движением рапиры назад и опусканием больше нормы острия вниз.

Отводящая полукруговая седьмая защита принимается из шестого нейтрального соединения при попытке противника колоть прямо. Выполняется она полукруговым движением клинка по дуге вправо—вниз—влево. Начало защиты характеризуется небольшим, но резким закидыванием острия рапиры вправо за клинок противника. Далее рапира движется по пути полукруговой седьмой защиты, описанной выше, держа все время клинок противника в соприкосновении. Конечное положение защиты отличается от седьмой позиции большей приближенностью оружия к телу.

Отводящие круговые защиты применяются очень редко из-за возможного наведения в свое поражаемое пространство острия рапиры противника. Выполняются они, как все отводы без потери соединения, круговым движением клинка со значительным взятием оружия на себя и расширением круга, описываемого острием.

Уступающие защиты

В этих защитах обороняющемуся фехтовальщику вначале приходится **уступать** нажиму противника и лишь затем, в конце защиты, выводить его оружие в сторону его начального нажима. Уступающая защита возникает тогда, когда противник в атаке пытается колоть, завладевая оружием защищающегося. В фехтовальном бою наиболее часто применяются первая и пятая уступающие защиты.

Уступающая первая принимается из шестого соединения при попытке противника колоть с одновременным отведением оружия защищающегося вправо (кнаружи) от атакующего. Выполняется уступающим движением слабой части клинка влево, а затем вниз без потери соединения с оружием атакующего противника до принятия положения первой позиции. Движение осуществляется пронизирующим поворотом руки в плечевом суставе.

Уступающая пятая защита принимается из второго и восьмого соединений против попытки противника колоть в нижнюю линию с отведением оружия защищающегося вправо. Уступающая пятая выполняется первоначальным уступающим движением слабой части клинка влево с последующим отведением сильной частью своего оружия клинка противника влево-вниз до принятия положения пятой позиции с гардой, находящейся несколько ниже обычного уровня.

* * *

В фехтовальном бою все защиты оружием, как правило, выгодно сочетать с отходом (шагом назад), но настолько, чтобы не разрывать дистанции и не терять возможности ответного укола. Иногда полезно применять защиты и со сближением (шагом вперед), поставив этим противника в неожиданные условия. Наиболее выгодно в бою чередование защит, выполняемых на месте и в передвижении назад и реже вперед.

Ошибки при защитах: 1) широкое движение оружием; 2) чрезмерно сильный удар по оружию противника,

выполняемый с замахом; 3) слишком большое движение вооруженной руки на себя.

ОТВЕТЫ

Ответом сокращенно называется укол, совершаемый немедленно после взятой защиты. Момент, когда атака противника отражена, является самым выгодным для нанесения ему укола, так как атаковавший противник оказывается открытым вблизи атакованного. Защиты без последующих ответов являются грубыми техническими и тактическими ошибками, ничем не оправдываемой потерей выгодных моментов для поражения противника уколом.

Особенности выполнения уколов при ответах

Ответы уколом прямо, как правило, производятся стоя на месте и реже в движении назад. Эти ответы являются наибо­лее быстрыми и могут наноситься с ближней дистанции как описанные выше уколы прямо из позиций, т. е. без закрытия (оппозиции) и с закрытием. Ответ с оппозицией заключается в том, что фехтовальщик, взявший защиту, отвечает уколом, держа оружие противника отведенным в сторону сильной частью своего клинка.

После защит с немного пронированной кистью (четвертая, седьмая и пятая позиции) следует ответный укол прямо выполнять, сохраняя кисть обращенной ладонью влево. Ответ уколом прямо после второй защиты можно выполнять и сохраняя полную пронированность кисти (ладонь обращена вниз и слегка вправо).

Ответы переводом и переносом применяются в том случае, если противник после атаки боится себя от прямого ответа движением прямой защиты. Если ответ защищающегося фехтовальщика застает противника после атаки еще на выпаде, то он выполняется переводом или переносом на месте, если же противник, боясь, быстро уходит с выпада назад, то ответ выполняется с выпадом. Техника уколов в ответах остается такой, как и в атаках, и только в тех случаях, когда атаковавший оказался очень близко, то уколы прямо, переводом и переносом выполняются в ответе с предварительным взятием вооруженной руки на себя, а самый укол без полного разгибания руки.

Завязывающие ответы применяются против любителей двойных уколов и ложных атак, вызывающих ответ. Заключается завязывающий ответ в том, что фехтовальщик, взяв защиту и не теряя связи с клинком атаковавшего, колет его, переводя оружие вниз или вверх в новое соединение: из четвертой защиты — во второе или восьмое соединение, из шестой защиты — в седьмое, из седьмой защиты — в шестое соединение и из восьмой и второй — в четвертое соединение. Гарда отвечающего при этом движется почти прямолинейно вперед, а клинок, «схватив» сильной частью слабую часть клинка противника, описывает острый полукруг, устремляясь вперед на укол.

Возможные ошибки при ответах: 1) перенапряженность мышц плечевого пояса (поднимание плеча); 2) бросающее движение руки, ведущее к промахам и неостанавливающим уколам; 3) движение острия в сторону противника не по кратчайшему пути; 4) движение туловища вперед раньше выпрямления руки; 5) нанесение укола с опущенной рукой.

Особенности защит от уколов в ответе и контрответы

Защиты от уколов в ответе приходится применять фехтовальщику непосредственно после того, как его атака оказалась отбитой, парированной. Защита в этом случае трудна тем, что необходимость защищаться застает фехтовальщика в конечном положении своей атаки, т. е. на выпаде близко к атакованному и с выпрямленной вооруженной рукой.

Защита от укола в ответе может быть преднамеренной (после своей ложной атаки, вызывающей противника на ответ в определенное место) и непреднамеренной (после своей истинной атаки). Первый вид защиты от ответа особой трудности для атакующего не представляет. Последний же вид защиты от ответа является наиболее трудным видом из всех защитных действий фехтовальщика. Эта защита чаще всего бывает **безотносительной**; атакующий, почувствовав защиту противника и не пытаясь увидеть его оружие во время ответа, немедленно производит защитное движение от наиболее вероятного и быстрого ответа уколом прямо. Это безотносительное движение прямой защиты будет действительной защитой, т. е. отпаривает ответ, только в том случае, если обороняющийся действительно ответит уколом прямо и если атаковавший возьмет защиту достаточно быстро. Но обороняющийся может отвечать уколом не прямо, а **с переводом**. В этом случае атакованному придется, не почувствовав в пугающем движении прямой защиты прикосновения к оружию обороняющегося, немедленно вернуть свое оружие обратно для отбива его оружия прямой защитой в другую сторону. При достаточной быстроте действий и реакций атаковавшего он сумеет перехватить (отбить) этот укол и нанести обороняющемуся контрответ.

Зная устойчивую склонность противника к ответу уколом переводом, фехтовальщик должен перестроиться в своих действиях и быть готовым при неожиданной защите противника сразу же страховать себя защитным движением своего оружия от ответа уколом переводом.

Для большей надежности защит от ответных уколов противника фехтовальщику необходимо прилагать все свои способности, чтобы видеть и определять направление движения оружия отвечающего и по характерным признакам улавливать это движение возможно раньше. Это должно быть предметом особого внимания во всех тренировках фехтовальщика.

Техника защиты от ответа отличается от техники защиты от укола в атаке, во-первых, тем, что защита от

ответа производится часто еще в положении выпада или в самом начале возврата с выпада в положение боевой стойки и, во-вторых, тем, что вследствие близости фехтующих и выпрямленной руки атакующего защиту приходится выполнять со значительным приведением анатомического плеча, т. е. приближением локтя вооруженной руки к правому боку; в результате этого конечное положение защиты отличается от соответствующих позиций значительной приближенностью всей руки и оружия к туловищу и большими выходами конца рапиры в стороны, вверх и вниз (в зависимости от применяемой защиты) за контур своего поражаемого пространства. Четвертая защита от ответа (рис. 104). Шестая защита от ответа (рис. 105).

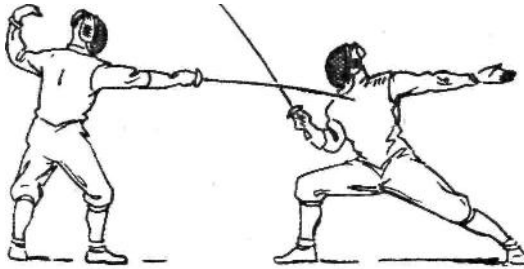


Рис. 104. Защита четвертая от ответа

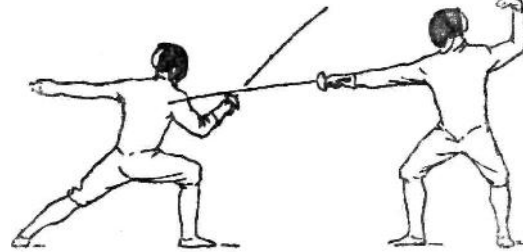


Рис. 105. Защита шестая от ответа

За защитой от ответа (как после всякой защиты) должен обязательно следовать ответный укол, называемый **контрответом**. В контрответе применимы уколы прямо, уколы переводами и переносами. В технике контрответов нет ничего специфического, если не считать того обстоятельства, что колоть приходится еще находясь на пути возвращения в боевую стойку или даже оставаясь на выпаде.

СЛОЖНЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

СЛОЖНЫЕ АТАКИ

Простая атака является самым надежным средством нападения, когда она хорошо подготовлена. Подготовка простой атаки иногда в бою может не удаваться фехтовальщику и тогда ему приходится прибегать к сложным атакам.

Сложной атакой называется атака, содержащая в себе несколько законченных движений оружием (приемов оружием). Прием или приемы, выполняемые в сложной атаке перед попыткой нанести укол, заменяя в некоторой мере подготовку простой атаки, имеют целью обеспечить безопасность приближения к противнику и создать в этот момент сближения выгодное для атакующего взаиморасположение клинков.

Атаки с обманами

Обманом в узком специальном смысле этого слова в фехтовании называется движение фехтовальщика, похожее на попытку колоть противника, совершаемое с целью вызвать у него защитные движения.

Атака с обманом это атака, в начале которой фехтовальщик выполняет обман, а затем колет противника в открывающееся место в результате его защитного реагирования на обман. Цель обмана — выиграть время, задерживая выполнение противником защиты навязанными ему лишними движениями и притом в противоположном направлении к оружию, наносящему действительный укол.

Характерным в атаках с обманами, закончившихся поражением противника, является то, что атакующий поражает его уколом, не встречаясь своим оружием с оружием противника.

Обманные действия оружием (обманы) всегда совершаются путем угрозы уколом в незащищенное место. Угрожать противнику можно прямым уколом, уколом переводом и уколом переносом. Обман выполняется быстрым приближением острия рапиры к открытому месту поражаемого пространства противника. При выполнении атак с обманами следует иметь в виду, что такая атака, совершаемая не врасплох, т. е. не неожиданно для противника, предоставляет ему полную возможность для успешной контратаки во время выполнения обмана. Поэтому для атаки с обманом следует тщательно создавать или находить подходящую обстановку, начинать атаку в тот момент, когда противник менее всего ее ожидает, и делать ее убедительно, создавая у противника полную иллюзию начинающейся действительной попытки нанести ему укол.

Движение обмана оружием должно выполняться наглядно, не в полной быстроте и несколько расширенно, но последующий укол зато совершается предельно быстрым и узким движением.

Обман со средней дистанции осуществляется посредством показа укола в соответствующем направлении, сочетаемого с одновременными небольшим наклоном туловища вперед и началом выставления правой ноги, после чего на защитное движение оружием обороняющегося выполняется укол переводом или переносом с завершением выпада. Рука в обмане при этом может не вполне выпрямляться, придавая оружию единое с последующим уколом непрерываемое поступательное движение вперед.

Но в фехтовальном бою атаки с обманами, как и большинство других атак, чаще всего совершаются с дальней дистанции. В этих случаях обман сочетается со сближением — обычно с шагом вперед, который здесь должен быть похожим на начало выпада, что достигается энергичным и размашистым выставлением правой ноги.

Обманы при этом можно совершать как в начале шага — скачка вперед, так и в конце, в зависимости от

дистанции, с которой совершается атака, индивидуальных особенностей противника и его состояния. Так, против нервного, чрезмерно остерегающегося и боящегося атаки противника обман бывает выгодно совершать в начале шага, а в атаке на спокойного и выдержанного — в конце или даже после него — в начале выпада. При начальном обучении обман все же следует выполнять одновременно с первым движением шага или броска вперед. Обманы уколом прямо, переводом, переносом совершаются движением, похожим на начало соответствующих им уколов. Оружие при этом приходит в положение показа укола. В обманах с дальней дистанции рука с оружием, как правило, вполне выпрямляется и острие максимально приближается к телу противника. В обманах с дистанции, несколько меньше средней, руку не следует вполне выпрямлять. Оружие от начала обмана и до момента нанесения укола должно непрерывно продвигаться вперед.

Обман переводом может умышленно выполняться широким движением для того, чтобы обман был быстрее замечен противником.

Новым в технике уколов при атаках с обманами для обучаемых, уже изучивших простые атаки, является выполнение уколов переводом и переносом из положения показа укола, т. е. полностью или почти полностью выпрямленной рукой.

Выключение здесь локтевого сустава из движения руки активизирует работу кисти и пальцев. Путь движения острия рапиры при этом не претерпевает существенных изменений по сравнению с уколами переводами и переносами в простых атаках.

Успешность атаки с обманом во многом зависит от правильного предугадывания защитных действий противника, так как знание того, какую защиту возьмет обороняющийся против обмана, позволяет атакующему безошибочно выбрать прием для завершающего укола и направление обводящего движения оружием. Необходимость предугадывания защиты обусловлена тем, что во время атаки, выполняемой с самого начала в предельной для атакующего быстроте, он вследствие краткости времени не имеет возможности учитывать неожиданные защитные действия противника. Это оказывается возможным лишь в атаках с замедленным началом.

Атаки с обманами могут состоять из одного, двух и реже трех обманов. Атаки с обманами имеют свои сокращенные названия. Атака с обманом уколом прямо с последующим переводом называется «прямо-перевод». Атака с обманом уколом прямо с последующим переносом называется «прямо-перенос». Атака, в которой обман и укол совершаются с переводами в разные стороны, называется «двойной перевод». Атака, в которой обман и укол выполняются с переводами в одну и ту же сторону (при круговой защите обороняющегося), называется «удвоенный перевод». Атака с двумя обманами переводами в разные стороны и последующим третьим переводом называется «тройной перевод». Атака с обманом переводом и последующим переносом называется «перевод-перенос». Атака с обманом переносом и последующим переводом называется «перенос-перевод» и т. д.

Атаки с несколькими обманами выгодно применять против фехтовальщиков, строящих свою оборону на ответных уколах.

Выбор обмана зависит от взаиморасположения оружия фехтующих. Поэтому применение определенных атак с обманами возможно лишь в определенных боевых ситуациях.

Наиболее употребительны следующие атаки с обманами.

Атаки с обманами уколом прямо

Атаки с обманами уколом прямо на противника, держащего оружие в шестой позиции:

- 1) обман уколом прямо вверх — укол переводом от четвертой или пятой защиты вверх или вниз;
- 2) обман уколом прямо вверх — укол переводом от круговой шестой или третьей защиты вверх или вниз;
- 3) обман уколом прямо вверх — укол переносом от всех защит.

Атаки с обманом уколом прямо при шестом соединении:

- 1) обман уколом прямо со скольжением — укол переводом от отводящей шестой защиты вниз или вверх;
- 2) обман уколом прямо с нажимом — укол переводом от круговой четвертой защиты вверх или вниз;
- 3) обман уколом прямо с нажимом — укол переводом от уступающей первой защиты под руку.

Атаки с обманами уколом прямо на противника, держащего оружие в четвертой, пятой, второй или восьмой позициях:

- 1) обман уколом прямо в третий сектор — перевод от шестой или третьей защиты;
- 2) обман уколом прямо в третий сектор — перевод от полукруговой или круговой четвертой и пятой защит;
- 3) обман уколом прямо в третий сектор — перенос от всех защит.

Атаки с обманом уколом прямо при четвертом соединении:

- 1) обман уколом прямо со скольжением — укол переводом от отводящей четвертой защиты вниз или вверх;
- 2) обман уколом прямо с нажимом — укол переводом от круговой четвертой защиты вниз или вверх.

Атаки с обманами уколом прямо на противника, держащего оружие в любой верхней позиции:

- 1) обман уколом прямо вниз — перевод от второй или восьмой защиты;
- 2) обман уколом прямо вниз — перевод от седьмой или первой защиты.

Атаки с обманами уколом переводом

Двойной перевод на противника, владеющего шестым соединением:

- 1) обман переводом вверх в четвертый сектор — укол переводом во второй или третий сектор от четвертой или пятой защиты;
- 2) обман переводом вниз во второй сектор — укол переводом вверх в третий сектор от второй или восьмой

защиты;

- 3) обман переводом вниз — укол переводом вверх от седьмой защиты.

Двойной перевод на противника, владеющего четвертым соединением:

обман переводом вверх в третий сектор — укол переводом во второй сектор или в четвертый от шестой защиты;

обман переводом вниз — укол переводом вверх от второй или восьмой защиты;

обман переводом вниз — укол переводом вверх от седьмой защиты.

Удвоенный перевод на противника, владеющего шестым соединением:

- 1) обман переводом в четвертый сектор — укол переводом; в третий или второй сектор от круговой шестой защиты;

- 2) удвоенный перевод на противника, владеющего четвертым соединением;

- 3) обман переводом в третий сектор — укол переводом в третий сектор или во второй сектор от круговой четвертой или пятой защиты.

Тройной перевод на противника, владеющего шестым соединением: обман переводом в четвертый сектор, на четвертую или пятую защиту — обман переводом в третий сектор и на шестую защиту противника — укол переводом вниз или в четвертый сектор.

Тройной перевод на противника, владеющего четвертым соединением: обман переводом в третий сектор, на шестую или третью защиту — обман переводом в четвертый или второй сектор и на четвертую, пятую, вторую или восьмую защиту — укол переводом в третий или второй сектор.

Атаки с обманами перевод-перенос и перенос-перевод

Перевод-перенос на противника, владеющего шестым соединением: обман переводом в четвертый сектор — укол переносом в третий сектор от четвертой защиты или от круговой шестой защиты.

Перевод-перенос на противника, владеющего четвертым соединением: обман переводом в третий сектор — укол переносом вверх от шестой или от круговой четвертой защиты.

Перенос-перевод на противника, владеющего шестым соединением: обман переносом в четвертый сектор — укол переводом в третий или во второй сектор от четвертой защиты.

Перенос-перевод на противника, владеющего четвертым соединением: обман переносом в третий сектор — укол переводом вниз или в четвертый сектор от шестой защиты.

Характерной особенностью обмана переносом с последующим переводом от прямых защит является отсутствие фиксации клинка в обмане, хотя бы мгновенного, свойственного всем прочим обманам. Движение переноса в этих обманах переходит непрерывным движением в укол переводом.

Атаки перенос-перевод против круговых защит менее употребительны.

Атаки с выдержкой

Атаки с выдержкой являются разновидностью атак с обманами. **Выдержкой** в данном случае называется короткий момент, когда атакующий внезапно для противника останавливает движение своего оружия, имея в виду действовать в дальнейшем в зависимости от действий противника. Противник же, как правило, ожидая укол, производит защитное движение оружием, раскрывая этим себя, чем и пользуется атакующий. Выдержка обычно делается в положении замаха для переноса, т. е. держа клинок вертикально. Такое положение клинка является наиболее благоприятным для выдержки, так как не дает возможности обороняющемуся поймать защитой клинок атакующего. Гораздо реже применяется выдержка в положении обмана уколом вниз с острием, опущенным ниже поражаемого пространства.

Атака с выдержкой на противника, владеющего шестым соединением: шаг вперед в соединении — обман переносом в четвертый сектор — выдержка — укол в четвертый сектор. Укол совершается в момент, когда обороняющийся, послав свое оружие сперва в четвертую защиту, начнет на выдержку возвращать его в шестую защиту.

Атака с выдержкой на противника, владеющего четвертым соединением: шаг вперед в соединении — обман переносом в третий сектор — выдержка — укол в третий сектор. Укол аналогично первому случаю совершается в момент, когда оружие обороняющегося, переместившись кнаружи на обман атакующего, начнет возвращаться во время выдержки в четвертую защиту.

Атака с выдержкой на противника, держащего оружие высоко: шаг вперед — обман вниз — выдержка с еще более опущенным острием — укол вниз на защитное движение противника оружием вверх.

Обучение атакам с обманами и с выдержкой. Эти атаки при групповом обучении выполняются в парном построении: со средней дистанции расчлененно, затем слитно, не быстро, фиксируя только положение укола на выпаде, и, наконец, в целом, т. е. атака и возврат в боевую стойку выполняются как единое боевое действие. После этого в такой же последовательности изучаются атаки с дальней дистанции.

Атаки с действием на оружие

Действием на оружие в фехтовании называется активное и инициативное воздействие оружием на клинок противника с какой-либо боевой целью. По своей технике эти воздействия делятся на **удары по оружию (батманы), захваты, нажимы и скольжения.**

Атаки с ударами (батманами) по оружию

Как одиночный, изолированный прием удар по оружию (батман) в бою может иметь значение разведки, маскировки, вызова и т. д. Наибольшее применение удары (батманы) имеют в атаках, где они являются элементом единого сложного целого — атаки с действием на оружие. Удары (батманы) в атаке совершаются с целями:

- 1) устранить острие оружия противника из угрожающего положения;
- 2) открыть какую-нибудь часть тела противника с тем, чтобы поразить в нее противника;
- 3) предохранить себя в атаке от контратаки противника.

Удары (батманы) по форме, т. е. по пути движения клинка, делятся на **прямые и круговые**; последние называются обычно **контрударами (контр батманами)**, а первые просто батманами. По характеру воздействия на оружие противника удары (батманы) могут быть в одну точку оружия, т. е. четкими-сухими и скользящими. По намерению вызвать у противника определенное реагирование на удар (батман), т. е. по тактическому признаку, удары (батманы) делятся на **действительные и ложные**.

Все **прямые удары (батманы)**, кроме ударов (батманов) из положения вне соединения, выполняются с замахами, т. е. отведениями своего клинка в сторону, противоположную направлению удара. Замахи в батманах имеют целью придать большую быстроту движения своему оружию, чтобы этим увеличить силу удара по оружию противника и в большей мере поколебать его оружие. Тем не менее, замахи в ударах (батманах) не должны быть широкими, чтобы не выдавать заранее намерения фехтовальщика. Удары (батманы) всех видов совершаются средней частью по слабой или средней части клинка противника. При ударах (батманах) в одну точку соприкосновение клинков должно быть четкое, сухое и без перехода в соединение. В скользящих ударах (батманах) соприкосновение распространяется по длине клинка атакованного бойца, причем клинок атакующего скользит от слабой части оружия противника к средней или, наоборот, от средней части к слабой. В последнем случае удар (батман) называется проходящим и выполняется как бы мимоходом, задевая клинок противника в замахе для переноса. Этот удар совершается средней частью клинка по слабой части клинка противника с дальнейшим сквльжением по ней к острию и выходом за острие вверх. Пользуются им всегда как ложным действием.

Техника выполнения ударов (батманов) по оружию в общем похожа на технику защит отбивом, отличаясь от последних общим продвижением оружия вперед, наличием замаха, большей энергией в ударе по оружию и меньшим смещением кисти в направлении последних движений клинка. Конечные положения оружия при выполнении батманов представляют собой среднее между соответствующей позицией и показом укола. Удары (батманы) выполняются как из положений вне соединения, так и в соединениях.

Удары (батманы) называются в зависимости от того, в какое соединение приходит оружие фехтовальщика, совершающего удар (например, удар в третье соединение, удар в четвертое соединение и т. п.), или по направлению удара (например, удар вправо, удар влево, вниз и т. п.).

Удар (батман) должен завершаться остановкой оружия в положении несколько устремленной вперед соответствующей позиции.

Круговые удары по оружию (контрбатманы) совершаются с обводкой клинка противника снизу или сверху. Круговые удары, преследуя цели, свойственные всем ударам (батманам), применяются и для затруднения противника в действиях контратакой с переводом. Обведение клинка противника в контрударе (контрбатмане) служит одновременно и замахом для удара. Круговой удар с переносом выполняется обычно скользящим прикосновением, а круговой удар с переводом выполняется, как правило, сухим ударным прикосновением к клинку противника.

Удар (батман), имеющий целью открыть какую-нибудь часть поражаемого пространства противника с тем, чтобы поразить его в эту часть, называется **действительным**.

Удар (батман), который совершается с целью вызвать противника на защитное движение оружием с тем, чтобы поразить его в открывающуюся в результате этого движения часть тела, называется ложным ударом (батманом).

Ложные удары (батманы) по форме движения не отличаются от действительных, но выполняются с меньшими энергией и замахом.

Атаки с ударом (батманом), как и все атаки, совершаются в фехтовальном бою обычно с дальней дистанции. Если атакующий допускает возможность контратаки противника, то удар (батман) следует делать в самом начале сближения. Если же атакующий уверен, что противник не будет контратаковать, то Допустимо выполнение удара (батмана) в конце сближения.

В атаках броском, вследствие их стремительности, удар (батман) следует совершать во всех случаях ранее, чем сзади стоящая (левая) нога успеет опередить правую ногу.

Как правило, в атаке делают один удар (батман), но возможны атаки и с двумя ударами (батманами), обычно в разные стороны. Атаки с двумя ударами (батманами), нарушающие привычную «двухтемповость» атаки, могут оказаться неожиданностью для противника, что уже создает большие шансы на успешность такой атаки. Атаки с двумя ударами (батманами) бывает выгодным делать на глубоко и быстро отступающего противника.

Наиболее употребительны следующие атаки с ударами (батманами) по оружию противника.

Атаки с ударом (батманом) на противника, держащего оружие в верхних позициях или соединениях:

- 1) ложный удар (батман или контрбатман) в шестое соединение — укол переводом вниз или вверх или укол переносом в четвертый сектор;
- 2) скользящий удар (батман или контрбатман) в шестое соединение — укол прямо;
- 3) удар (батман или контрбатман) влево в четвертое соединение — прямой укол;

- 4) ложный контрудар (контрбатман) влево в четвертое соединение — укол переводом вверх или вниз или укол переносом;
- 5) проходящий удар (батман или контрбатман) вправо в шестое соединение — укол переносом в четвертый сектор;
- 6) проходящий удар (батман или контрбатман) влево в четвертое соединение — укол переносом в третий сектор.

Атаки с ударами (батманами) на противника, держащего оружие в нижних позициях или соединениях:

- 1) скользящий удар (батман) во второе соединение — укол прямо;
- 2) ложный удар (батман) во второе соединение — укол переводом вверх;
- 3) удар (батман) в седьмое соединение — укол прямо;
- 4) ложный удар (батман) в седьмое соединение — укол переводом вверх или вниз;
- 5) проходящий удар (батман) в первое соединение — укол переносом во второй сектор или вверх с попутным вторым переносом пришедшего в шестую позицию клинка противника.

Атаки с захватами

Захватом называется отведение оружия противника оружием атакующего за пределы своего поражаемого пространства. Захваты в атаке имеют те же цели, что и удары (батманы). Захваты применяются и как изолированные приемы фехтования в качестве вызова противника на определенные действия, для; разведки, маскировки своей атаки и т. д.

Захваты по форме движения клинка к клинку противника делятся, подобно ударам (батманам), на прямые и круговые (контрзахваты). По намерению вызвать определенное движение оружия противника захваты тоже, подобно ударам (батманам), делятся на действительные и ложные. Захваты, при выполнении которых без потери соприкосновения клинков происходит одна или несколько перемен соединений, называются завязываниями; по признаку перемещения оружия в завязываниях они делятся на диагональные и круговые.

Захваты всех видов осуществляются воздействием сильной части оружия атакующего на слабую часть оружия противника. Такое взаимоотношение частей клинков делает фехтовальщика, применяющего захват, сильнее своего противника. Поднесение сильной части клинка у гарды к клинку противника около его острия, как и само отведение, осуществляется преимущественно движением руки от плеча и локтя до прихода оружия атакующего в положение устремленной острием вперед какой-нибудь нужной позиции. Затем немедленно наносятся уколы: прямо, переводом или переносом. Укол прямо после захвата можно выполнять с отрывом от клинка противника и без отрыва с сохранением своего закрытия (с оппозицией). В ложных захватах допустимо отведение оружия противника не сильной частью клинка, а средней.

В атаках с дальней дистанции захват совершается в начале сближения. В атаках с шагом вперед захват полностью занимает время шага и может даже при прямом уколе распространиться на начало выпада. Ложный захват может прекращаться немного раньше действительного.

Захват имеет преимущество перед ударом (батманом), так как, занимая все время сближения в атаке, позволяет контролировать движения клинка противника посредством «чувства оружия», дольше страшит атакующего от укола в контратаке и позволяет поэтому начать колоть противника с более близкого расстояния. Кроме того, после захвата легко осуществляется укол с закрытием (оппозицией). Однако захваты уступают ударам (батманам) там, где необходимо действовать мгновенно, а именно — в атаках с меньшей дистанции, чем дальняя, и зачастую в атаках, сочетающих действие на оружие с обманом.

Наиболее употребительны следующие атаки с захватами.

Атаки с захватами на противника, держащего оружие в верхних позициях или соединениях:

- 1) захват или контрзахват в шестое соединение — укол прямо;
- 2) ложный захват или контрзахват в шестое соединение — укол переводом или переносом;
- 3) захват или контрзахват в четвертое соединение — прямой укол;
- 4) ложный захват или контрзахват в четвертое соединение — укол переводом или переносом;
- 5) захват или контрзахват в девятое соединение — укол прямо;
- 6) ложный захват или контрзахват в девятое соединение — укол переводом;
- 7) завязывание в седьмое или первое соединение — укол прямо вниз (завязывание в данном случае начинается движением рапиры вместе с рукой вверх и продолжается в этом направлении до тех пор, пока сильная часть клинка атакующего окажется против слабой части клинка противника; затем это движение, не прекращаясь, переходит в полукруговое, при котором острие описывает полукруг вправо—вниз—влево до положения седьмой или первой защиты, а клинок противника отводится сильной частью оружия атакующего вниз-влево, после чего немедленно совершается укол);
- 8) ложное завязывание в седьмое или первое соединение — укол переводом вверх или переносом;
- 9) завязывание во второе соединение — прямой укол вниз (завязывание в данном случае начинается небольшим поднятием вооруженной руки вверх до положения четвертого соединения так, чтобы сильная часть рапиры атакующего оказалась против слабой части рапиры противника; затем атакующий, захватив своей рапирой рапиру противника, описывает острием полукруг влево—вниз—вправо до положения второй или восьмой защиты, после чего немедленно следует укол);
- 10) ложное завязывание во второе или восьмое соединение — укол переводом вверх;
- 11) круговое завязывание в шестом соединении — укол прямо;
- 12) ложное круговое завязывание в шестом соединении — укол переводом или переносом (круговое

завязывание начинается с поднимания вооруженной руки вверх так, чтобы сильная часть клинка атакующего оказалась против слабой части клинка противника в шестом соединении; в дальнейшем это движение переходит в движение круговой шестой защиты, при котором захваченный клинок противника пассивно описывает круг и завершается остановкой оружия атакующего в положении шестой защиты с устремленным вперед острием, после чего немедленно следует укол);

13) круговое завязывание в четвертом соединении — укол прямо;

14) ложное круговое завязывание в четвертом соединении — укол переводом или переносом.

Атаки с захватами на противника, держащего оружие в нижних позициях или соединениях:

1) захват или контрзахват во второе или восьмое соединение — укол прямо;

2) ложный захват или контрзахват во второе или восьмое соединение — укол переводом или переносом;

3) захват или контрзахват в седьмое или первое соединение — укол прямо;

4) ложный захват или контрзахват в седьмое или первое соединение — укол переводом;

5) завязывание в шестое соединение — укол прямо;

6) ложное завязывание в шестое соединение — укол переводом или переносом (завязывание выполняется через седьмое соединение движением рапиры по ходу часовой стрелки);

7) завязывание в четвертое или пятое соединение — укол прямо;

8) ложное завязывание в четвертое или пятое соединение — укол переводом или переносом (завязывание выполняется через второе или восьмое соединение движением рапиры против хода часовой стрелки);

9) круговое завязывание во втором или восьмом соединении — укол прямо;

10) ложное завязывание во второе или восьмое соединение — укол переводом;

11) круговое завязывание в седьмом соединении — укол прямо;

12) ложное круговое завязывание в седьмом соединении — укол переводом.

Особенно выгодны действительные завязывания против противника, держащего оружие в вытянутой руке или в положениях, близких к этому положению.

При очень низких положениях острия оружия противника захваты делать не советуется. При необходимости же в атаке действовать на оружие следует для этого предпочитать удары (батманы).

Атаки с толчками, нажимами и скольжениями

Кроме ударов по оружию (батманов) и захватов, этих основных видов действий на оружие в атаке, имеются еще их разновидности: толчки, нажимы и скольжения. Эти действия выполняются обычно из соединения. Напомним, какая разница между ними.

Толчком в фехтовании называется резкое толчкообразное давление сильной или средней частью клинка атакующего на клинок противника, преследующее те же цели, что удар (батман) и захват. Действительный толчок следует делать коротко и резко, так чтобы клинок противника по инерции отделился от клинка атакующего и вышел за пределы его поражаемого пространства.

Нажимом в фехтовании называется умеренное плавное давление любой частью клинка атакующего на клинок противника, не вызывающее значительного его отклонения в сторону.

Скольжением в фехтовании называется продвижение оружия вперед в легком соприкосновении с оружием противника. Скольжение обычно происходит при атаке с шагом вперед из соединения с пассивным держанием атакующим своего оружия. Смысл этого приема заключается в сохранении атакующим максимальной готовности реагировать в атаке на контрдействия противника при помощи тонкого ощущения оружия противника.

Толчки нажимы и скольжения в атаках применяются преимущественно как ложные действия на оружие противника. Техника выполнения атак с толчками и нажимами сходна с техникой выполнения атак из соединений с ложными прямыми ударами (батманами) и захватами во всем, кроме характера воздействия на оружие противника.

В фехтовальном бою толчки, нажимы и скольжения применяются, подобно ударам (батманам) и захватам, не только как предварительные приемы в атаке, но и как обособленные тактические приемы.

Комбинированные атаки

Комбинированными атаками называются атаки, включающие в себя и действие на оружие и обман. Такие атаки применяются против фехтовальщиков, обладающих сильной защитой и поэтому строящих свой бой в большой мере на ответных уколах после взятой защиты, но пользующихся также и контратаками. Успешно применяются комбинированные атаки против быстро и глубоко отступающих фехтовальщиков, и особенно против фехтовальщиков, привыкших к отражению двухтемповых атак сложной защитой с ответом. В последнем случае обман, совершаемый во втором действии атаки, вызывает у противника мощное защитное движение, создающее благоприятные условия атакующему для укола в третьем его действии.

Главная техническая трудность в выполнении комбинированных атак заключается в том, что в короткий отрезок времени, в течение которого протекает атака с дальней дистанции, необходимо совершить три действия оружием. При наиболее распространенном способе сближения посредством шага с последующим выпадом следует выполнять: удар (батман) по оружию противника — в начале шага, обман — в конце шага и в начале выпада и укол — в конце выпада. При применении в такой же атаке захвата последний должен длиться все время шага, а обман и укол выполняться на протяжении одного выпада.

Разумеется, что приведенные выше сочетания движений вооруженной руки и ног являются схематичными,

ориентирующими. Неповторимые условия каждой атаки могут создавать самые разнообразные предпосылки для различных уклонений от рекомендуемых сочетаний движений вооруженной руки и ног. Комбинированная атака с дальней дистанции может выполняться в броске, с приставкой сзади стоящей ноги и выпадом и с другими приемами сближения. Во всех случаях действие на оружие и обман следует завершать к моменту возникновения средней или немного меньше дистанции. Обманы в комбинированных атаках обычно делаются уколом переводом или переносом, так как обман прямым уколом после действия на оружие может легко быть «пойман» невольным защитным движением оружия обороняющегося.

Ниже приводятся наиболее часто применяемые в фехтовальном бою комбинированные атаки, в которых на обман атакующего противник реагирует обычно прямыми защитами.

Комбинированные атаки на противника, держащего оружие в верхних позициях или соединениях:

- 1) ложное действие на оружие в шестое соединение — обман переводом вниз — укол переводом вверх или переносом;
- 2) ложное действие на оружие в шестое соединение — обман переносом — укол переводом или переносом;
- 3) ложное действие на оружие в четвертое соединение — обман переводом кнаружи — укол переводом вниз, внутрь или укол переносом;
- 4) ложное действие на оружие во второе соединение — обман переводом вверх — укол переводом или переносом от шестой или четвертой защиты.

Комбинированные атаки на противника, держащего оружие в нижних позициях или соединениях:

- 1) ложное действие на оружие во второе или восьмое соединение и на движение оружия противника в шестую защиту — обман переносом в четвертый сектор — укол переводом во второй или третий сектор;
- 2) ложное действие на оружие во второе или восьмое соединение — обман переводом вверх — укол переводом вверх;
- 3) ложное действие на оружие в седьмое соединение — обман переводом вверх — укол переводом вверх или переносом.

Все приемы сложных атак: обманы, удары (батманы), захваты и комбинации этих приемов применяются во всех тактических разновидностях нападения, за исключением контратак и ответов, в которых обычно используются только обманы. Кроме того, приемы простых и сложных атак находят место в различных подготовительных действиях фехтовального боя, где они, сохраняя свою форму, разрешают пока не основную задачу — поразить противника, а подготовительные к этому тактические задачи разведки средств обороны противника, маскировки своей действительной атаки, овладения полем боя, вызова противника на определенные действия и т. п., что имеет целью лишь обеспечить в наибольшей степени успех решающего основного действия — истинной (действительной) атаки.

Приемы сложных атак: обманы, удары (батманы) и захваты находят широкое применение в повторных и ложных атаках.

Атаки второго намерения

Относительная легкость защиты в фехтовании на рапирах побуждает рапиристов широко пользоваться атаками второго намерения.

Эта атака начинается ложной атакой, которую атакующий умышленно не доводит до конца, имея целью лишь вызвать противника на какую-нибудь определенную контратаку или защиту с последующим ответом с тем, чтобы, отбив их, немедленно поразить противника уколом. Ложная атака может применяться и для вызова защиты без ответа с целью поразить уже в повторной атаке с выпадом или без выпада — сдвоенным уколом.

Характерным в атаках второго намерения, закончившихся поражением противника, является то, что атакующий поражает его уколом после встречи своего оружия с оружием противника. В целом атака второго намерения является сложной атакой.

При атаке второго намерения с целью вызова противника на определенную защиту и определенный ответ после ложной атаки происходит то, что атакующий, оставаясь на выпаде или начав уход с выпада, успевает взять не только защиту от ответа противника, но и уверенно нанести ему укол в контрответе. Ложная атака в этом случае отличается от действительной лишь своей укороченностью.

Ложная атака с целью вызова противника на контратаку с выпадом состоит из шага вперед «ли зятянутого выпада с предварительным раскрытием фехтовальщиком себя по какой-нибудь линии; далее, если противник оказался обманутым, т. е. пошел в ожидаемую контратаку, следует уверенная защита с точным поражением противника ответным уколом, стоя на месте или с выпадом.

Ложная атака, вызывающая защиту без скоростного прямого ответа, выполняется с медленным и коротким выпадом и замедленным выпрямлением вооруженной руки.

Разновидностью ложной атаки, вызывающей контратаку, является простая атака с дальней дистанции с одним выпадом. Выполняется она так с расчетом на то, что противник, приняв начало выпада за предварительное сближение перед атакой, попытается контратаковать, делая при этом, в свою очередь, выпад, в результате чего фехтовальщики сближаются настолько, что оба оказываются одновременно пораженными. Такой исход, задуманный фехтовальщиком, начавшим первым атаку, ему выгоден тем, что укол в этом случае засчитывается только контратаковавшему. Однако все движения такой ложной атаки фехтовальщик должен делать не быстро, чтобы дать возможность противнику уловить начало своего движения вперед и этим побудить его для совершения контратаки.

СЛОЖНЫЕ ЗАЩИТЫ

Сложными защитами называются защиты, состоящие из двух и более движений оружием и завершающиеся в конце отбивом или отводом оружия атакующего противника. В этих защитах возможны самые разнообразные сочетания движений прямых, полукруговых и круговых защит. Самой частой причиной возникновения сложной защиты является реагирование обороняющегося фехтовальщика движением защиты на ложные угрозы в атаке противника. Применяются сложные защиты обычно с отходом. Сложные защиты могут быть трех типов:

1) Защита с реагированием законченным защитным движением на обманы противника. Этого типа сложная защита является результатом принятия обороняющимся фехтовальщиком ложных угроз за действительные. Такая сложная защита требует исключительной быстроты движения оружия и высокой степени автоматизированности двигательного навыка, так как эта защита возникает как реакция на неожиданные действия противника.

2) Защита с неполным начальным движением. Применяется она в тех случаях, когда обороняющийся ожидает атаку с ложными угрозами. В этом случае он реагирует на обманы не доведенным до конца защитным движением, сохраняя полную возможность послать оружие в обратном направлении для отражения действительной попытки противника колоть.

Такое неполное движение оружия в сторону клинка атакующего, совершающего обман, имеет еще значение и вызова его на попытку завершить ожидаемую атаку с тем, чтобы, защитившись, нанести ответ.

3) Безотносительная сложная защита. Заключается она в сочетании обычно двух защитных движений, выполняемых с предельной быстротой слитно, как единое движение. Производится это движение независимо от действий противника в атаке с целью «поймать» («взять») оружие противника в любом моменте его атаки. Применяется эта защита обычно против атак с обманами.

Однако такая защита, как действие наугад, ненадежна. Она не должна быть основным приемом защитных действий фехтовальщика. Наиболее часто применяемыми «системами» сложных безотносительных защит являются: круговая шестая — вторая защита; круговая шестая — седьмая защита; седьмая — шестая защита; четвертая — круговая четвертая защита; вторая — четвертая защита.

Ответ после сложной защиты этого типа совершается независимо от момента «взятия» оружия атакующего — немедленно по завершении всего сложного движения защиты.

ФЕХТОВАНИЕ НА САБЛЯХ

В отличие от фехтования на других видах оружия фехтование на саблях имеет больше различных технических приемов поражения противника, что объясняется возможностью наносить не только уколы, но и удары. Бой на саблях проходит в большом отдалении фехтующих друг от друга и характеризуется некоторой убранным на себя вооруженных рук, что обусловлено стремлением затруднить атаку противника ударом по руке. Возникает бой без характерных для фехтования на только колющем классическом оружии постоянных скрещиваний оружия. Отсутствие соединения клинков и большое расстояние между фехтующими придают решающее и исключительное значение дистанционным обыгрываниям, скорости и глубине передвижений. Поэтому бой на саблях насыщен большими перемещениями фехтующих по всему полю боя. Свободное владение саблём требует сильную руку: обширность поражаемого пространства, затрудняя оборону, вызывает у фехтовальщиков стремление добиваться победы активными нападающими действиями и в противовес им часто применять удары в темп в отступлении и, противодействуя последним, — ложные атаки. Все это в сочетании с рубящими ударами придает бою на саблях энергичный мужественный характер. Поэтому к соревнованиям по фехтованию на саблях допускаются только мужчины и юноши.

В фехтовальном бою на саблях разрешается рубить и колоть. Поражаемым пространством являются голова, руки и туловище до линии, проходящей через верхушки бедер (рис. 106). Полем боя служит прямоугольник длиной 24 м и шириной 1,8—2 м (рис. 107). При одновременном нанесении ударов или уколов удар-укол присуждается тому из фехтовальщиков, который в данной схватке был тактически неправ, т. е. оказался виновником их одновременности. Бои проводятся для старших юношей и мужчин на 5 ударов-уколов при чистой продолжительности боя не более 6 мин. и для юношей среднего возраста на 3 укола-удара при чистой продолжительности боя не более 5 мин.

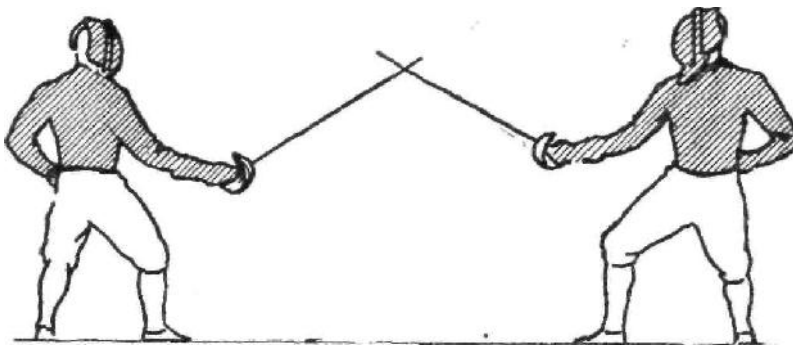


Рис. 106. Поражаемое пространство

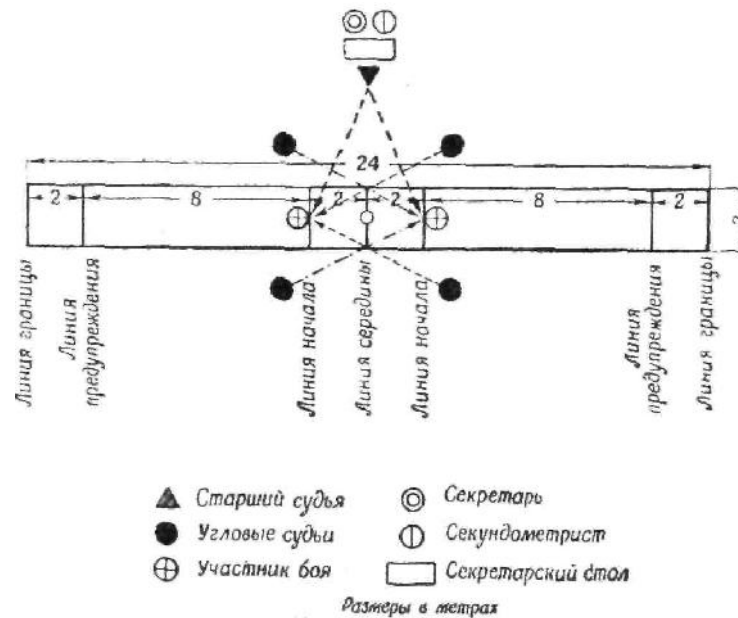


Рис. 107. Поле боя для фехтования на саблях

САБЛЯ И ЕЕ ДЕРЖАНИЕ

Сабля (рис. 108, а) — оружие, рубящее и колющее. Вес ее — от 325 до 600 г, общая длина не более 105 см. Клинок (рис. 108,б) в слабой части — плоский, а в средней и сильной — трехгранного сечения; обе узкие стороны плоской части клинка и узкая сторона средней и сильной части называются лезвиями. Противоположная лезвию утолщенная часть клинка называется обухом. Общая длина клинка без стержня («хвоста») — 88 см. Клинок в боковой плоскости может быть выгнут, стрелка прогиба при этом не должна быть более 4 см. Монтировка (рис. 108, в) состоит из гарды (рис. 108, г.), рукоятки (рис. 108, д) и гайки (рис. 108, е). Гарда предназначена для защиты кисти от ударов и уколов. Диаметр гарды не более 15 см в направлении лезвия и не более 14 см в перпендикулярном направлении. Чаша гарды с одной стороны переходит в дужку. Рукоятка приспособлена для наиболее удобного держания сабли при нанесении и рубящих и колющих ударов. Сечение ее четырехгранное, длина (без гайки) не более 15 см. Плоская узкая грань ее немного изогнута и называется спинкой, а противоположная ей грань имеет закругленные ребра и называется брюшком. Гайка навинчивается на стержень (рис. 108, ж) клинка, продетый сквозь гарду и рукоятку, и скрепляет клинок с монтировкой.

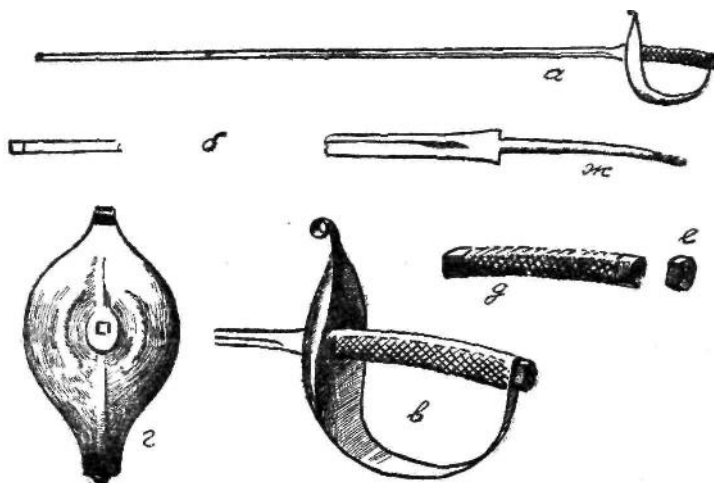


Рис. 108. Сабля:

а—общий вид; б—клинок; в—монтировка; г—гарда; д—рукоятка; е—гайка; ж—стержень

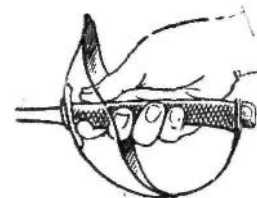


Рис. 109. Держание сабли

Саблю следует держать за рукоятку (рис. 109) таким образом, чтобы большой палец находился на, спинке рукоятки, касаясь ее внутренней поверхностью первой фаланги и не доходя до гарды примерно на 1 см. Большому пальцу противостоит указательный палец, подхватывающий рукоятку снизу. Брюшко рукоятки при этом лежит на сгибе первой фаланги, выступающей вперед и слегка касающейся гарды. Остальные пальцы, обнимая рукоятку со стороны брюшка и левой от держащего оружие стороны рукоятки, прижимают ее правым ребром спинки к краю ладони у основания мизинца. Саблю следует держать легко, без излишнего напряжения в руке, сжимая рукоятку

более сильно только в моменты действия оружием. Во время боя допускаются перехватывания сабли, смещая кисть к концу рукоятки (к гайке), вплоть до упора мизинца в дужку гарды, но не захватывая пальцами за нее. Расположение пальцев по отношению к сторонам рукоятки остается при этом неизменным.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИВЕТСТВИЕ

Стойка «смирно» и положение «вольно» с саблей выполняются так же, как и с рапирой. **Исходное положение** с саблей отличается от рапирного лишь повернутостью вооруженной руки ладонью вниз. **Приветствие с саблей** по общему рисунку движений аналогично рапирному, различия имеются лишь в конечных положениях. При выполнении простого и сложного приветствий следует, приветствуя судей справа, саблю держать горизонтально, лезвием вправо (пронация), приветствуя судей слева, саблю держать горизонтально, лезвием влево (супинация), и приветствуя противника, — горизонтально, снова лезвием вправо.

БОЕВАЯ СТОЙКА

Боевая стойка (рис. 110) саблиста отличается от боевой стойки при фехтовании рапирой вследствие двух причин: во-первых, потому, что противник может применять рубочные удары, и, во-вторых, потому, что противник во время боя находится дальше. Эти обстоятельства привели к тому, что в типовой сабельной боевой стойке аналогичным боевой стойке рапириста остается только положение туловища. Ноги саблиста расставлены уже — расстояние между стопами равно примерно длине и ширине стопы фехтующего, сложенной вместе. Ноги согнуты немного — в такой степени, что таз оказывается значительно выше коленей, правое колено над подъемом правой стопы, а левое над носком левой.

Вооруженная рука при фехтовании на саблях больше согнута, нежели у рапириста, и держится несколько ниже и ближе к своему телу — локоть от бока на расстоянии разведенных большого и указательного пальцев. Острие на уровне глаз и против середины лица. Лезвие обращено вниз и слегка вправо. Левая рука согнута в локте и опирается тыльной стороной пальцев а левый бок.

Необходимо отметить, что расстановка ног и степень их со-гнутости в боевой стойке для одного и того же фехтовальщика величины не постоянные, так как они зависят от дистанции в бою: чем ближе держатся противники, тем шире и глубже должны быть их боевые стойки, и наоборот.

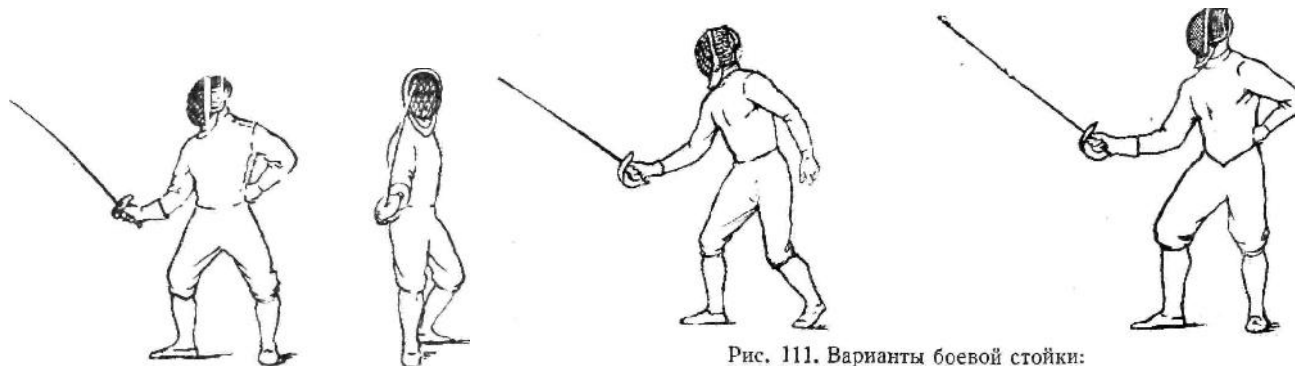


Рис. 110. Боевая стойка

Рис. 111. Варианты боевой стойки:
слева — «боксифицированная»; справа — венгерский вариант

Описанная выше боевая стойка является выражением фехтовальной классики и может быть рекомендована как типовая для изучающих фехтование. Однако в среде опытных саблистов существуют два варианта боевых стоек, которые имеют такое широкое распространение у мастеров, что о них нельзя не упомянуть. Оба варианта представляют собой поправку на особенности современного стиля сабельного фехтования. Являясь поправкой, эти варианты в то же время и обуславливают современный стиль фехтования на саблях. Большое расстояние между фехтующими делает очень затруднительным доставание противника при помощи одного только выпада. Поэтому многим саблистам не хочется жертвовать легкостью, быстротой и длиной передвижений ради создания положения, способствующего быстроте стартового начального движения в выпаде (что имеет большую ценность в фехтовании на рапирах). Установка на легкую маневренность и доставание противника при помощи предварительного сближения с последующим выпадом или при помощи броска приводит некоторых саблистов к несколько, как говорят фехтовальщики, «боксифицированной» боевой стойке (рис. 111, слева). Выражается это в следующем: центр тяжести явно перемещен к впереди стоящей ноге. Сзади стоящая нога опирается на основания пальцев и носком стопы обращена вперед-влево, вследствие чего колено этой ноги обращено несколько вниз. Туловище наклонено вперед и обращено к противнику грудью, лишь слегка повернутой влево. Такие стойки встречаются у саблистов всех национальностей, но наиболее часто такая стойка встречается у польских спортсменов (чемпион мира 1957 г., Е. Павловский, призер первенства мира 1955 г. К. Заблоцкий).

Второй вариант боевой стойки обусловлен теми же причинами, но выражен иначе (рис. 111, справа). Он отличается от типовой боевой стойки отодвинутостью таза фехтовальщика назад, вследствие чего центр тяжести явно смещен к левой стопе. Туловище обращено грудью вперед и лишь слегка влево. Малая нагруженность правой ноги не утомляет ее мышц и позволяет фехтовальщику в этой стойке без особых усилий выносить правую ногу вперед в шаг вперед и стремительно и длинно выполнять атаки броском. Почти фронтальное положение

туловища позволяет правой руке более свободно перемещаться назад, минуя локтем свой правый бок. Недостатком такой боевой стойки является почти вертикальное положение левой ноги, не дающее возможности в начале выпада полноценно использовать в толчке ее разгибание.

Этот вариант находит также применение в спортивной практике советских и зарубежных, особенно венгерских, мастеров сабельного фехтования. Очень ярко он выражен у многократного чемпиона мира венгра П. Ковача. В зависимости от тактических соображений типовая боевая стойка саблиста во время фехтовального боя может изменяться теми же способами, как и у рапиристов (изменением положения оружия, сокращением боевой стойки, изменением положения туловища).



Рис. 112. Вариант боевой позиции с опущенной рукой

Говоря о боевых позициях саблистов, нельзя не отметить особого положения, в котором иные из них проводят большую часть времени боя и которое как бы выходит за рамки специальной фехтовальной техники. В этом положении рука с оружием свободно опущена вниз (рис. 112). Клинок, не касаясь пола, направлен острием вперед-вниз и лезвием обращен вправо-вниз. Эта позиция похожа на положение отдыха и вызова в одно и то же время. Возникнуть она могла только в фехтовании на саблях вследствие большой отдаленности фехтующих одного от другого и невыгодности выставления оружия вперед. Положительными моментами такой позиции являются: поддержание мышц вооруженной руки в состоянии постоянной свежести, лишение противника возможности с неглубоким продвижением вперед атаковать руку и совершать атаки с действием на оружие и удобство выполнения ударов по руке противника снизу и снаружи. Минусом такой позиции является необходимость держать при ней все время дальнюю дистанцию. Специально обучать этой позиции нет нужды, тем более, что она не должна быть постоянной во время боев.

ПЕРЕДВИЖЕНИЯ, ВЫПАД, БРОСОК

Приемы маневрирования и сближения в атаке в фехтовании на саблях по своей технике в основном сходны с таковыми у рапиристов, и поэтому при описании целесообразно отправляться от уже изложенного в четвертой главе.

Шаг вперед у фехтующего на саблях, как правило, длиннее, нежели у рапириста, что объясняется, с одной стороны, большой отдаленностью противника, и с другой — технической возможностью выполнять удлиненные шаги благодаря более узкой расстановке ног в боевой стойке. Длина шага может достигать полуметра. Относительная узость стойки придает повышенное значение в начале шага усилиям и сокращению отводящих ногу мышц левой ноги. Особую важность имеют в сабельном фехтовании шаги, непосредственно предшествующие выпад, поскольку применение одного только выпада в атаках обыкновенно оказывается недостаточным. Специфичен шаг вперед как вызов контратаки с последующим продолжением атаки или ответом. Он начинается плавным толчком сзади стоящей ноги с одновременным, тоже плавным, выносом правой ноги и завершается последующим быстрым и четким подставлением левой ноги вперед, после чего, подхватывая уже начатое продвижение, стремительно производится выпад. При этом вторая часть шага вперед, т. е. перестановка левой ноги вперед, и выпад, выполняются как одно целое и занимают примерно столько же времени, сколько плавное начало шага вперед.

Шаг назад, подчиненный общему масштабу сабельных перемещений, также обыкновенно бывает длиннее, нежели у рапиристов.

Широкое применение в отступлении имеют **сочетания нескольких шагов назад**, обеспечивающие непрерывное и быстрое движение назад с сохранением активного положения туловища.

Скрестный шаг назад и прыжок назад в форме скрестного шага находят немалое применение в отступлении от глубоких атак и тем более выполняемых броском. Применяются и сочетания одинарных шагов назад со скрестными. Наиболее распространена комбинация движений, состоящая из начала одинарного шага назад, т. е. отставления назад левой ноги, переходящего без замедления в скрестный шаг назад. В глубоких отступлениях нередко используется прыжок назад, переходящий без остановки движения в обыкновенное естественное шагание назад с сохранением боевого положения вооруженной руки и туловища.

Выпад в сабельном фехтовании отличается меньшей длиной и меньшим наклоном туловища вперед, нежели у рапиристов (рис. 113). Объясняется это тем, что рапирист имеет большую возможность, оставаясь в глубоком

выпаде, отразить ответ, нежели саблист, и тем, что, если наклон туловища вперед в значительной степени затрудняет нанесение ответа рапирой, то такой же наклон у саблиста лишь облегчает нанесение ему ответного удара сверху. И не случайно поэтому почти все лучшие рапиристы мира очень часто прибегают к выпаду, в котором таз оказывается у них ниже колена выставленной вперед ноги, в то время как у лучших саблистов мира такой выпад почти не встречается.

Наиболее подходящим для сабельного фехтования следует считать такой выпад, при котором бедро выставленной вперед ноги при вертикальном положении голени оказывается горизонтальным.левой руке при выпаде положено покоиться в том же положении, какое она занимала в боевой стойке. Однако не следует считать ошибкой и усиленно бороться с движением отмашки предплечья по нижней дуге снизу вверх до горизонтального ее положения, что имеет место в практике лучших мастеров сабли.

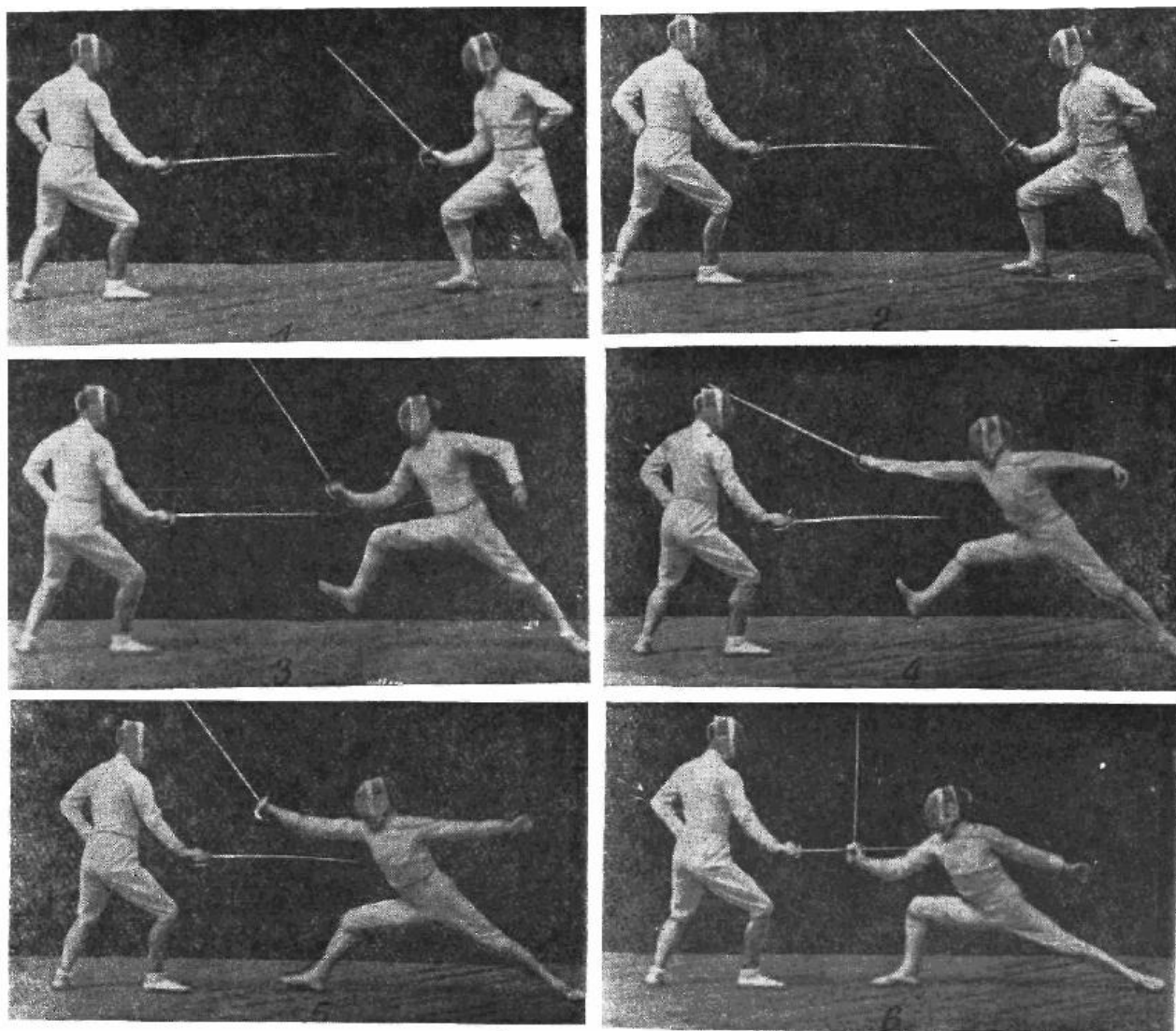


Рис. 113. Кинограмма удара с выпадом

Бросок в фехтовании на саблях является эффективным и поэтому часто применяемым приемом нападения. Схема движения его в общем не отличается от броска, описанного в четвертой главе (рис. 114).

Однако имеются разновидности его, вытекающие из общего характера сабельного фехтования и обусловленные относительной узостью боевой стойки.

Бросок, начинающийся шагом с правой ноги, имеет специальной задачей обеспечить удобное положение тела в наиболее вероятный момент контратаки противника, придать добавочную длину атаке и замаскировать начало броска. Этот бросок начинается с выпадообразного движения вперед, в котором выставление вперед правой ноги примерно на длину одной стопы слитно сочетается с мощным «стартовым» толчком левой ногой, после чего движение развивается согласно описанию его в четвертой главе.

Бросок прыжком является не часто применяемым вариантом. Его отличие от обычного стартообразного броска заключается в наличии ярко выраженного момента полета. Правая нога в этом броске покидает пол после резкого, но не полного разгибания, в результате чего атакующий оказывается летящим вперед в почти горизонтальном положении. Удар или укол в этом случае наносится во время полета, который заканчивается приземлением на левую ногу и переходом в стопорящий бег.

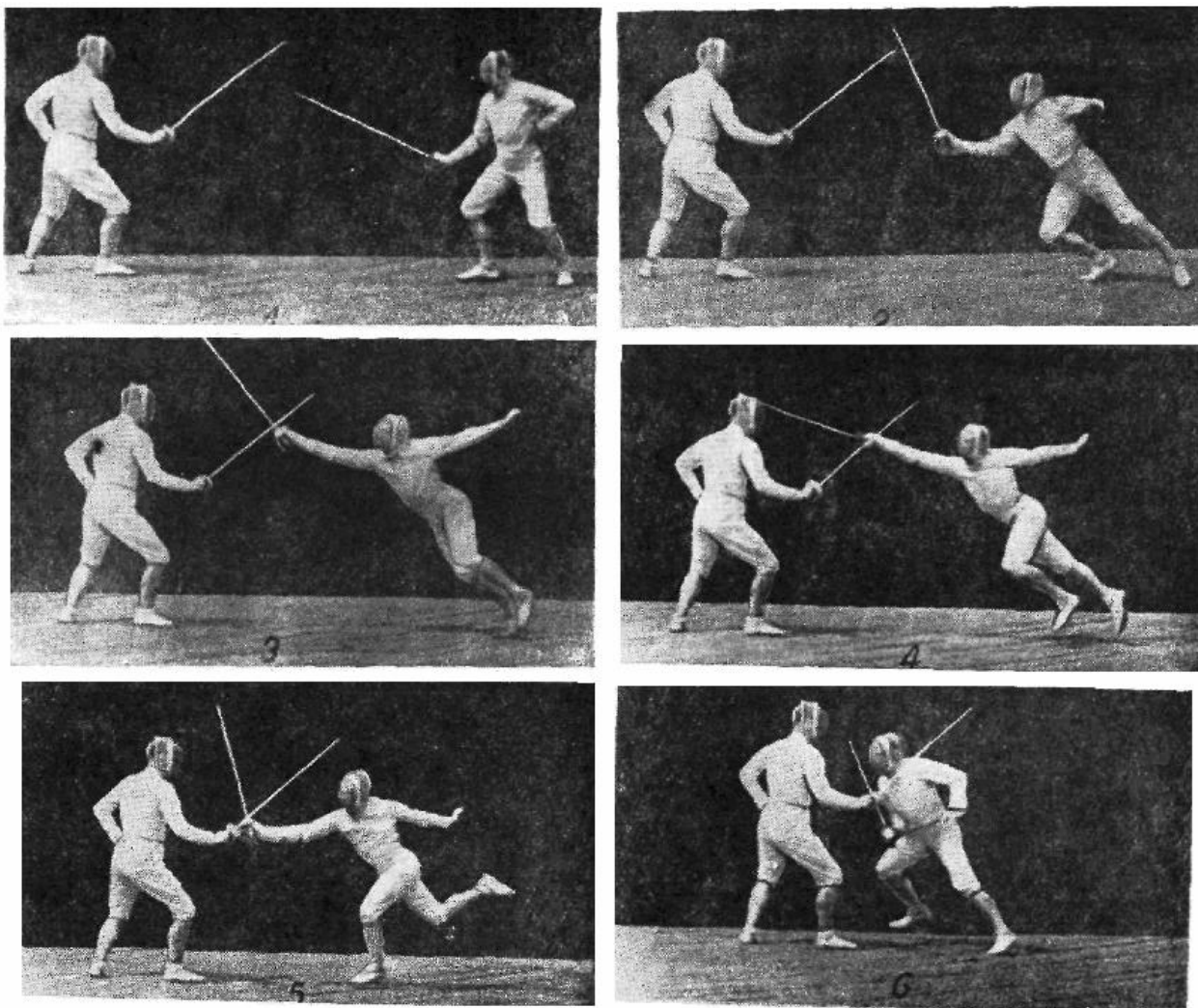


Рис. 114. Кинограмма атаки броском

ПОЗИЦИИ И СОЕДИНЕНИЯ

В фехтовании на саблях имеется шесть номерных позиций и одна нумерованная, так называемая боевая позиция, описанная в боевой стойке. Само собой разумеется, что фехтовальщик во время боя может применять любые смешанные положения вооруженной руки и оружия и даже совершенно непохожие на ниже описанные. Но тем не менее описанию и изучению подлежат только определенные положения, т. е. позиции, имеющие значение как наиболее выгодное боевое положение, как вызовы и, наконец, как конечные положения оружия и руки в защитах и захватах.

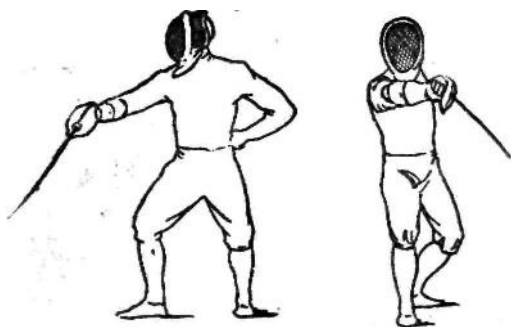


Рис. 115. Первая позиция



Рис. 116. Вторая позиция

Первая позиция (рис. 115). Оружие находится против левого края своего поражаемого пространства, гарда расположена против левого плеча, острие клинка — ниже гарды, и направлено вперед-вниз-влево, и заходит за пределы поражаемого пространства, лезвие обращено влево-вверх. Вооруженная рука значительно согнута. Оружие закрывает левую сторону туловища и руку от ударов слева (изнутри).

Вторая позиция (рис. 116). Оружие расположено против правого края второго сектора, гарда — против правого плеча и немного ниже его, острие — ниже гарды и направлено вперед-вниз, лезвие обращено вправо-

вверх. Вооруженная рука немного согнута в локтевом суставе, предплечье почти горизонтально и расположено чуть ниже плечевого сустава, примерно на уровне верхней части правого бока. Оружие закрывает правую, преимущественно нижнюю, часть поражаемого пространства.

Третья позиция (рис. 117). Оружие находится в третьем секторе поражаемого пространства против наружного края туловища. Вооруженная рука полусогнута, локоть отстоит от бока на расстоянии разведенных большого и указательного пальцев. Острие на высоте лба и слегка правее головы, лезвие обращено вправо-вниз, гарда — в уровне талии и против наружной линии поражаемого пространства. Этой позицией часто пользуются как боевой. Выгодность третьей позиции при ведении боя обусловлена тем, что оружие в ней угрожающе выдвинуто вперед и в то же время гарда достаточно прикрывает руку снаружи — самое уязвимое место у фехтующего на саблях. Однако в зависимости от особенностей противника и тактических задач саблист может третью позицию изменять — делать ее, выдвигая вооруженную руку вперед, более активной, устремленной вперед. Наряду с этим успешные попытки противника рубить руку могут заставить саблиста «убирать» ее и вести бой в третьей низкой позиции (рис. 118). В этой позиции локоть почти касается правого бока, а гарда находится на уровне тазобедренного сустава. Ближе к вертикальному положению оружие прикрывает правый бок и руку от ударов снаружи и снизу.

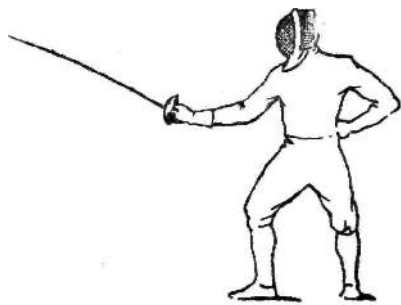


Рис. 117. Третья позиция

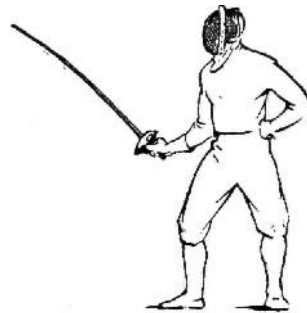


Рис. 118. Третья низкая позиция

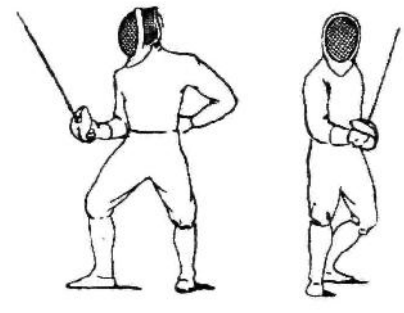


Рис. 119. Четвертая позиция

Четвертая позиция (рис. 119). Оружие находится против левого края поражаемого пространства. Вооруженная рука полусогнута, гарда расположена на уровне талии и против живота, острие клинка — на уровне лба и левее головы примерно на четверть метра, лезвие обращено влево-вниз. Оружие прикрывает левую щеку, левую сторону груди и руку от ударов слева (изнутри). В положении четвертой низкой позиции вооруженная рука расположена вплотную к туловищу, гарда дужкой обращена влево и почти касается нижней части живота, клинок минимально наклонен влево-вперед. Оружие закрывает левую сторону туловища и обе руки от удара слева.

Пятая позиция (рис. 120). Оружие находится «ад головой, острие клинка направлено косо вперед-влево и расположено немного выше гарды, лезвие обращено вверх и немного вперед. Вооруженная рука полусогнута, гарда находится правее лица на уровне темени, средняя часть клинка немного выше темени. Оружие закрывает голову, грудь и руку от ударов сверху.

Шестая позиция (рис. 121). Оружие находится также над головой, но острие клинка направлено вправо-вперед. Вооруженная рука полусогнута, гарда находится левее лица. Уровень гарды, клинка и направление лезвия сабли такие же, как в пятой позиции. Оружие закрывает голову, грудь и руку от ударов сверху.



Рис. 120. Пятая позиция

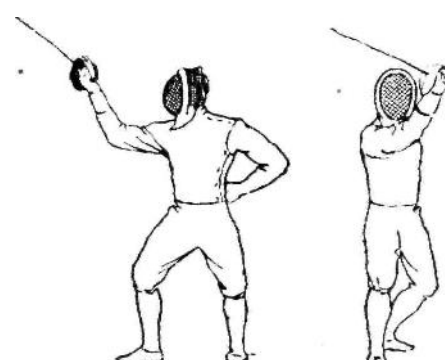


Рис. 121. Шестая позиция

Перемены позиций изображены на рис. 122, а, б, в, г, д, е, ж, з, и, к, л, н, а специальные указания по их выполнению даны при описании защитных действий. Перемены позиций во время боя вдали от противника в так называемой игре оружием могут совершаться любыми произвольными путями.

Соединения (соприкосновение клинков в определенных позициях) в фехтовании на саблях применяются редко, так как фехтовальный бой ведется преимущественно в дальней дистанции. Тем не менее знать их следует, потому что они находят применение при начальном изучении фехтования на саблях. Определение соединений, их возникновение, владение и перемены тождественны рапирным с той лишь разницей, что всё исходит уже от сабельных позиций.

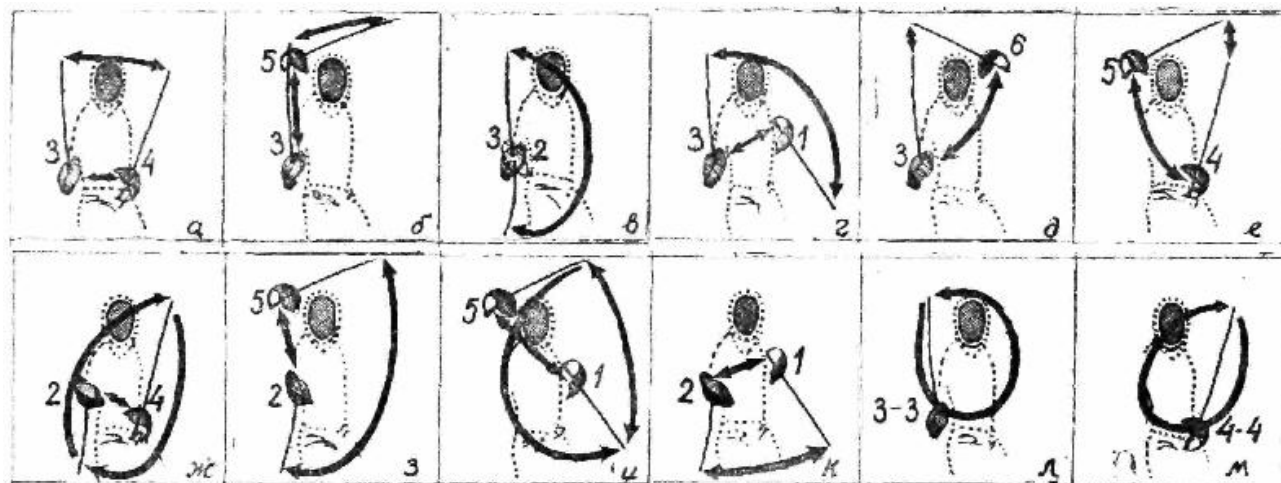


Рис. 122. Пути передвижения оружия при переменах позиций и защитах

УДАРЫ

Основным приемом поражения противника в бою на сабля является рубящий удар, называемый обычно просто ударом. Для того, чтобы удар считался действительным, т. е. засчитываемый судьей, он должен быть нанесен лезвием, должен быть четким сухим, но при этом не слишком сильным и тем более не грубым. Выполнение удара складывается из продвижения оружия к телу противника и нанесения самого удара. Продвижение оружия осуществляется выпрямлением руки в сторону противника и завершается немедленным выполнением удара. Продвижение оружия вперед, т. е. его «доставка», идет в основном от отводящего движения анатомического плеча с одновременным разгибанием руки в локтевом суставе (см. рис. 113). Во всех ударах кисть вооруженной руки и вместе с ней гарда движутся прямолинейно вперед, а слабая часть клинка несколько отстает от них, что и служит замахом в тех случаях, когда удар выполняется без переноса или когда движение начинается из такого исходного положения, при котором удар без замаха оказывается технически невозможным. Сам удар, т. е. прикосновение оружия к телу противника, производится в конечный момент выпрямления руки (рис. 123, кадры 1, 2, 3, 4). Оба движения клинка: назад в замахе, когда в нем есть необходимость, и вперед на тело противника совершаются в результате отведения кисти, а затем резкого приведения ее в лучезапястный сустав при активной работе пальцев. Средний палец, безымянный и мизинец, слегка пассивно разогнувшись во время замаха, в дальнейшем активно сгибаются, прижимают спинку рукоятки к краю ладони со стороны мизинца и тем самым ускоряют нанесение удара, придавая ему необходимую легкость и четкость. Приводящее движение кисти в лучезапястном суставе в конечном моменте удара передается на оружие через нажим большим пальцем на спинку рукоятки. Этот активный нажим большим пальцем, придавая клинку должное направление, сообщает движению оружия добавочную скорость. По совершении удара приводящие мышцы кисти, большого пальца, а также сгибатели третьего, четвертого и пятого пальцев мгновенно раскрепощаются, вследствие чего происходит небольшой отскок клинка от тела противника и фехтовальщик возвращается в боевую позицию. Осуществляется это опять-таки движением в трех суставах: приводящим в плечевом, сгибанием в локтевом и отведением в лучезапястном.

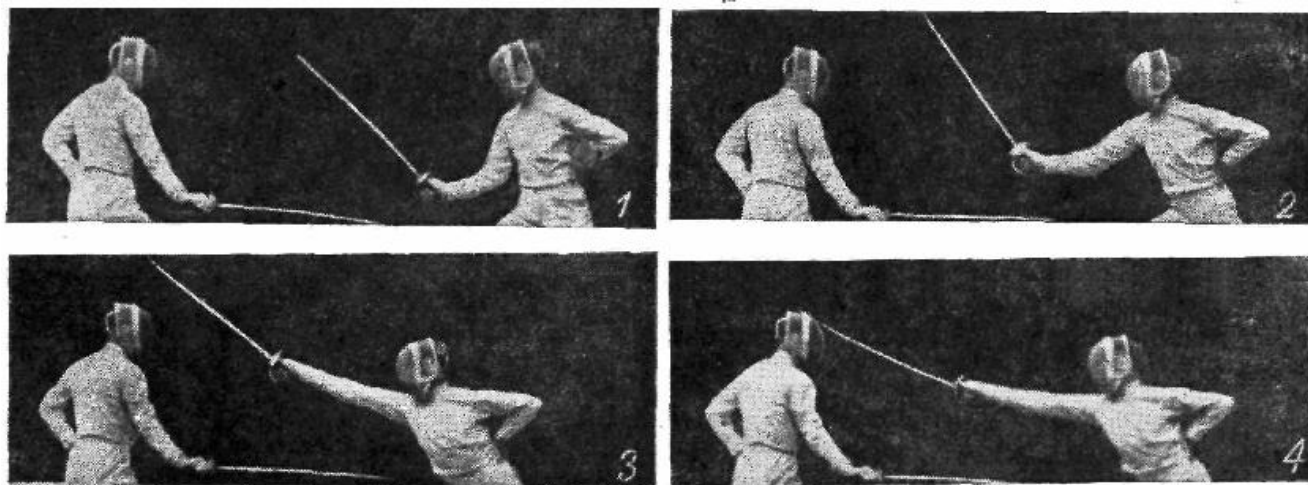


Рис. 123. Кинограмма рубящего удара

Если во время выполнения удара необходимо изменить исходное направление лезвия клинка, вооруженную руку в процессе выпрямления в сторону противника следует супинировать или пронировать в определенной

степени, т. е. поворачивать относительно ее продольной оси кнаружи или внутрь. При выполнении ударов с наклоном туловища вперед или с выпадом левая рука может совершать так называемую отмашку, описанную выше.

В зависимости от формы движения клинка удары бывают **прямые, полукруговые и круговые**.

Удары могут быть не только чисто рубящие, но могут переходить и в режущие удары, при которых клинок, ударив противника, продолжает скользить по его телу. Таким образом, в большинстве случаев рубятся левый бок, левая щека и режет рука изнутри. Режущее движение клинка в этих случаях позволяет атакующему быстро принять наиболее надежную в бою третью позицию, которая особенно выгодна вблизи от противника.

В моменты ближнего боя, т. е. тогда, когда противник находится в непосредственной близости, удары следует выполнять по той же схеме, только не вполне выпрямляя руку (рис. 124). Поскольку конечное движение ударов по всем частям поражаемого пространства, непосредственно предшествующее прикосновению клинка к противнику, осуществляется в основном аналогичными движениями в суставах руки, в дальнейшем при описании различных ударов этот момент не будет повторно раскрываться.

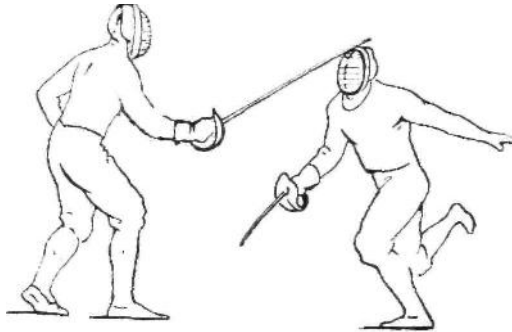


Рис. 124. Удар в условиях ближнего боя

Возможные ошибки при выполнении рубящих ударов: 1) перенапряженность мышц плечевого сустава; 2) движения в плечевом и локтевом суставах при выполнении замаха и самого удара, вследствие чего кисть вооруженной руки движется вперед не прямолинейно; 3) скованное судорожное держание сабли, при котором пальцы не могут принять активного участия в выполнении рубки, что приводит к нечетким, наложенным ударам; 4) чрезмерно большой замах; 5) удар плашмя.

Удары по голове

Удары по голове наносятся сверху или спереди-сверху по верхней части маски (рис. 125). Они осуществимы из всех положений клинка при условии, что оружие противника не находится в пятой позиции. Как правило, удары по голове совершаются в вертикальной плоскости, но возможны также и в наклонной, близкой к вертикальной плоскости. Если оружие противника мешает ударить его по голове прямо, удар производится переносом. Прикосновение клинка к маске должно быть сухим — ударным, а не режущим.

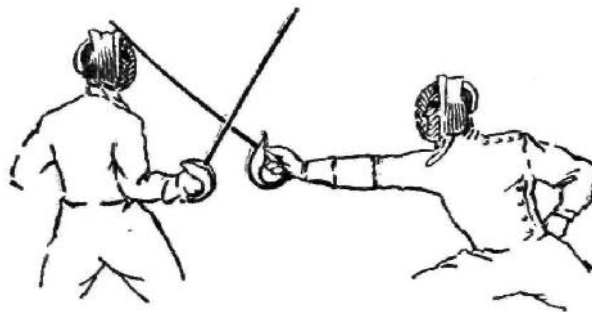


Рис. 125. Удар по голове

Удары по голове из положений оружия острием вверх. По форме движения клинка прямые. Замах, если есть в нем необходимость, совершается в вертикальной плоскости обухом на себя с одновременным выпрямлением руки вперед. В конечном положении замаха рука выпрямлена еще не до конца, кисть отведена на себя, средний палец, безымянный и мизинец полурасогнуты, вследствие чего клинок, обращенный лезвием вперед, занимает близкое к вертикальному положение. В ударе, следующем после замаха, клинок движется лезвием вперед-вниз. В момент соприкосновения оружия с маской противника рука горизонтальна и выпрямлена вперед до конца, лезвие обращено вниз, гарда находится на уровне плечевого сустава. При ударе по голове с переносом схема движения остается такой же, но амплитуда движения клинка увеличивается, так как оружие противника обносится со стороны острия (рис. 126).

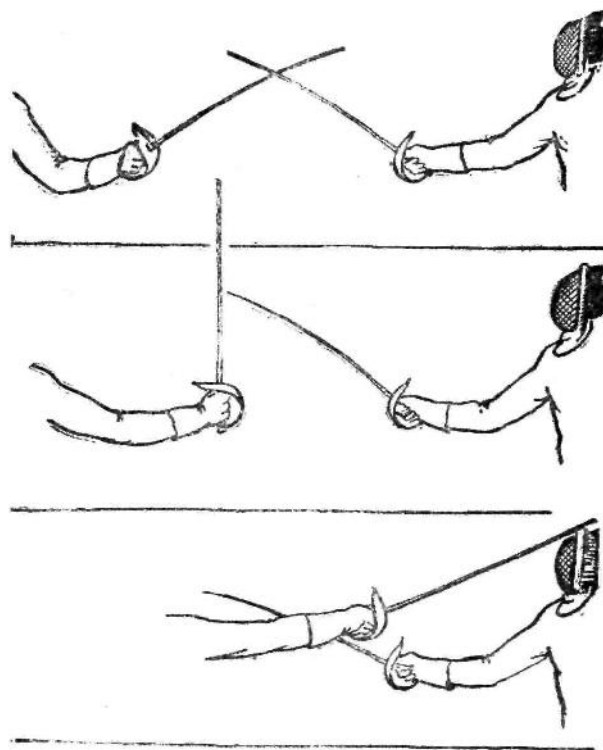


Рис. 126. Удар по голове с переносом

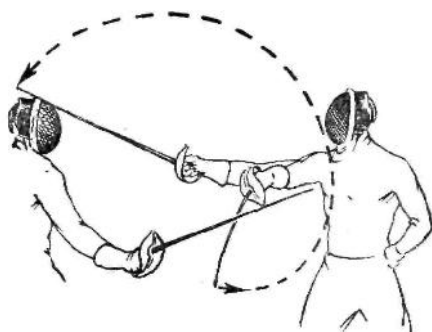


Рис. 127. Круговой удар по голове с переносом

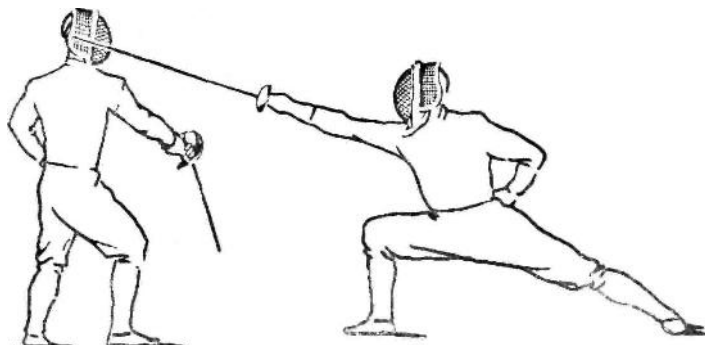


Рис. 128 Удар по правой щеке

Удары по голове из положений оружия острием вниз по форме движения клинка круговые. Замах совершается посредством супинации руки и отведения кисти на себя, в результате чего клинок движется из первой позиции, сперва описывая острием круговое движение обухом вниз, а затем плашмя влево-вверх, а из второй позиции сразу влево-вверх.

После замаха клинок в отличие от прямых ударов, не останавливаясь, продолжает рубящее движение. В зависимости от положения оружия противника клинок может описывать острием большую окружность в лицевой плоскости (рис. 127) (при переносах) или движется в пределах конуса с вершиной около кисти (когда оружие противника не мешает произвести удар). Рубящий удар в конце своего движения завершается прямолинейным движением клинка вниз и слегка вперед, осуществляемым приведением в лучезапястном суставе при активной работе пальцев.

Удары по правой щеке

Удары по правой щеке из положений оружия острием вверх по форме движения клинка полукруговые. Замах производится выпрямляющейся вперед рукой движением острия клинка на себя и влево до горизонтального положения оружия. Движение острия клинка влево осуществляется пронацией руки. К концу замаха рука не вполне выпрямлена вперед, лезвие клинка обращено вперед-вправо. Удар совершается в горизонтальной плоскости слева направо. В момент соприкосновения с маской противника оружие и рука в одной плоскости, гарда чуть выше плеча и против своего правого края поражаемого пространства, лезвие обращено вправо (рис. 128).

Удары по правой щеке из положений оружия острием и лезвием вниз по форме движения — полукруговые; замах производится небольшим сулинирующим поворотом руки одновременно с началом выпрямления ее вперед. Удар совершается так же, как описанный выше.

Удары по правому боку

Удары по правому боку из положений оружия острием вверх по форме движения клинка полукруговые. Способы рубки правого бока могут быть различные. Если правый бок противника открыт, его следует рубить так же, как правую щеку, но движением клинка соответственно ниже (рис. 129). Если же верхняя часть правого бока противника закрыта, оружие противника находится в высокой третьей позиции и горизонтальная рубка правого бока становится невозможной, удар совершается в наклонной плоскости снизу вверх. Для этого при замахе рука пронируется до положения клинка острием влево-вниз и лезвием вправо-вверх. Затем наносится рубящий удар, при котором клинок движется к правому боку противника под его вооруженной рукой. В конечном положении удара рука выпрямлена, лезвие обращено вправо-вверх (рис. 130). По открытому правому боку противника при высоком положении конца оружия атакующего можно производить удар и вращательным движением руки кнаружи с одновременным небольшим перемещением кисти влево. В последнем случае клинок описывает часть конуса и поражает бок полукруговым движением сверху вниз.

Удары по правому боку из положений оружия острием вниз по форме движения клинка прямые. Замах и удар производятся в горизонтальной или слегка наклонной плоскости слева-снизу косо вверх-вправо.

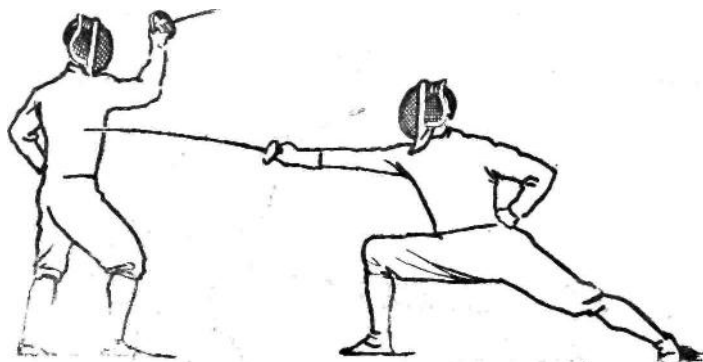


Рис. 129. Удар по правому боку

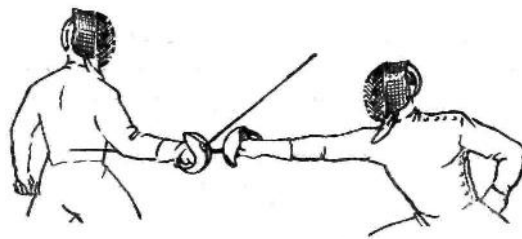


Рис. 130. Вариант удара по правому боку

Удары по левому боку

Удары по левому боку из положений оружия острием вверх по форме движения клинка полукруговые, а по характеру прикосновения — режущие. Замах производится выпрямляющейся вперед рукой движением конца клинка вправо, не доводящим, однако, оружия до горизонтального положения. В замахе клинок острием направлен вправо-вверх, а лезвием вперед-влево. Движение осуществляется супинацией кисти вооруженной Руки. В ударе, следующем без остановки оружия в замахе, клинок движется в наклонной плоскости справа-сверху налево-вниз лезвием, обращенным влево-вниз, ударяя прорезывающим движением оружия по груди противника (рис. 131). Выйдя из удара, оружие по дуге вверх возвращается в исходное положение. Удар осуществляется приведением супинированной кисти и нажимом большим пальцем на спинку рукоятки. При неглубоких ударах скользящее, прорезывающее движение клинка в ударе облегчает быстрое возвращение оружия в третью позицию. Если рубка левого бока совершается в бою при чрезмерном сближении противников, допускается при прорезании небольшое смещение кисти влево и на себя. Рубка левого бока может производиться также в горизонтальной плоскости и в наклонных снизу вверх-влево. При помехах, создаваемых оружием противника, рубить левый бок нужно с переносом, представляющим собой расширенный замах, выполняемый за счет отведения кисти и разгибания третьего, четвертого и пятого пальцев. В условиях ближнего боя, а также в ложных атаках, вызывающих ответ, рубить левый бок можно и в ударной технике, т. е. без прорезания.

Удары по левому боку из нижних позиций по форме движения — круговые. Клинок в рубке движется острием влево-вверх, а затем аналогично описанной выше рубке из положений оружия острием вверх. Все круговое движение осуществляется выпрямляющейся в сторону противника рукой за счет движения в лучезапястном суставе с активным участием пальцев.

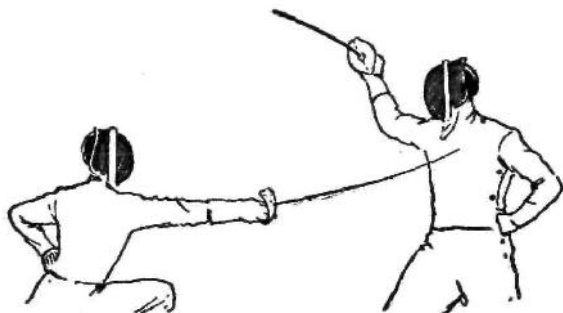


Рис. 131. Удар по левому боку

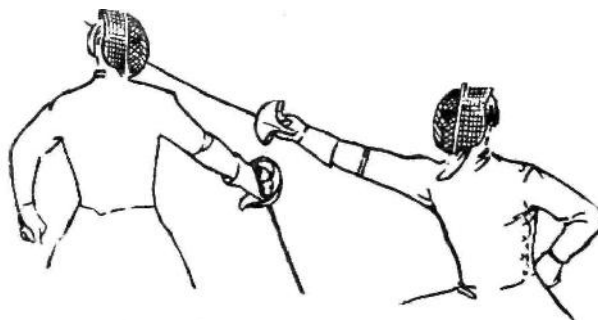


Рис. 132. Удар по левой щеке

Удары по левой щеке

Удары по левой щеке из положений оружия острием вверх по форме движения клинка — полукруговые. Они выполняются так же, как удары по левому боку, но движением клинка соответственно выше (рис. 132). Кроме того, левая щека, как правило, не рубится в наклонной плоскости снизу.

Удары по левой щеке из положений оружия острием вниз выполняются аналогично ударам по левому боку из того же исходного положения.

Удары по руке

Вооруженная рука в фехтовальном бою — наиболее выдвинутая вперед часть тела фехтовальщика. Поэтому ее пытаются поразить ударом чаще, чем другие части его тела. Особенно доступной для поражения рука становится во время выполнения фехтовальщиком уколов, ударов и обманных действий, поэтому удары по руке наносятся преимущественно в контратаке. Но рука часто поражается и в атаках. Удары по руке возможны по всем ее частям: кисти, предплечью и анатомическому плечу и со всех сторон, что зависит от положения руки противника и дистанции боя.

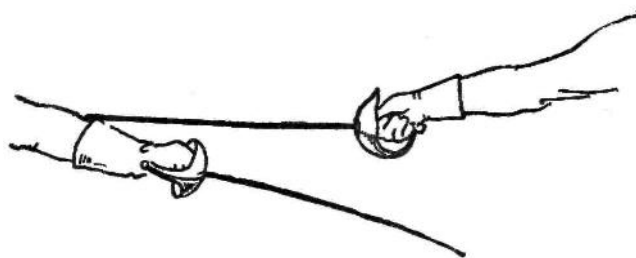


Рис. 133. Удар по руке сверху

Удар по руке сверху (рис. 133), т. е. в вертикальной или близких к ней плоскостях, выполняется так же, как удар по голове. Однако низкое расположение цели (кисть или предплечье) позволяет производить этот удар без специального замаха и почти не поднимая гарды. Удары по руке сверху возможны при всех положениях руки противника, кроме пятой позиции. В зависимости от взаиморасположения клинков фехтующих они выполняются прямо или с переносом. Рубить руку сверху, когда рука противника закрыта гардой, следует как бы из-за угла, т. е. вынося свою кисть вправо и создавая между клинком и рукой угол вершиной вправо или поднимая свою кисть вверх и обходя клинком гарду противника сверху, т. е. создавая угол с вершиной в лучезапястном суставе, обращенной вверх.

Удары по руке снаружи. Эти удары являются наиболее употребительными, что объясняется физическим удобством их выполнения и сравнительно менее трудной защитой от ответного удара в случае их неудачи. Снаружи рука рубится так же, как правый бок (рис. 134). В зависимости от положения вооруженной руки противника бывает выгодно рубить руку в наклонных плоскостях движением клинка сверху вниз-направо и снизу вверх-вправо. Последнее направление рубки применяется обычно из положения опущенного оружия. Удар может выполняться и круговым движением, как при рубке левого бока, но максимально узко и без переноса клинка противника. Применяется в бою удар по руке снаружи и с переносом, выполняемый полукруговым движением клинка вверх-влево, вниз-направо. Кроме того, при высокой и устремленной вперед третьей позиции противника бывает выгодно рубить руку снаружи с опусканием гарды вниз, в силу чего клинок, обходя гарду, получает доступ к руке (рис. 135).

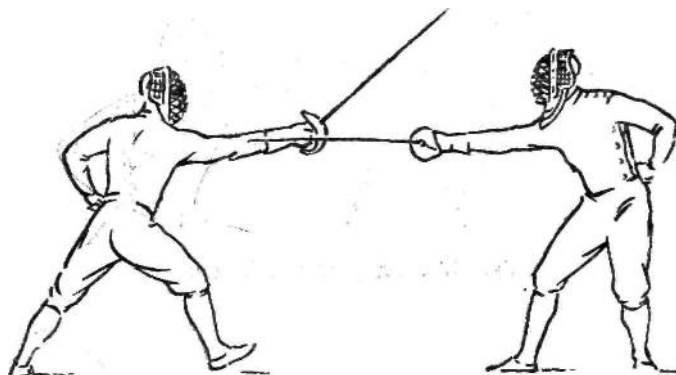


Рис. 134. Удар по руке снаружи

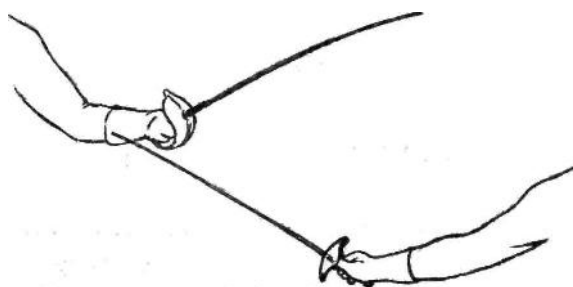


Рис. 135. Удар по руке изнутри

Удары по руке изнутри. Изнутри руку можно рубить по кисти и по предплечью и при этом в разных плоскостях, т. е. движением клинка в горизонтальной плоскости справа налево и в наклонных — справа-сверху вниз-налево, наподобие левого бока, но, как правило, без прорезания. Часто рука изнутри рубится

с переводом, удар при этом наносится лезвием (рис. 136) или противоположной ему стороной слабой части клинка. В последнем случае при замахе клинок движется лезвием вправо, а при нанесении удара — влево обухом вперед (рис. 137).

Удары по руке снизу. Снизу рука рубится так же, как правый бок, если оружие противника находится в высокой третьей позиции. Рубка руки снизу может производиться противоположной лезвию стороной слабой части клинка (рис. 138). Тогда замах совершается кистью, которая опускает клинок лезвием вниз, а удар осуществляется в результате движений в лучезапястном и локтевом суставах посредством энергичного поднимания острия клинка, вверх.

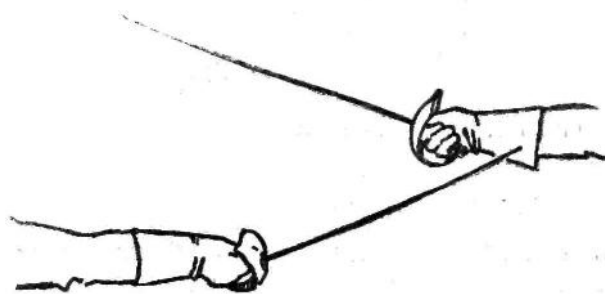


Рис. 136. Удар по руке снаружи с опусканием гарды



Рис. 137. Удар по руке изнутри лезвием со стороны обуха

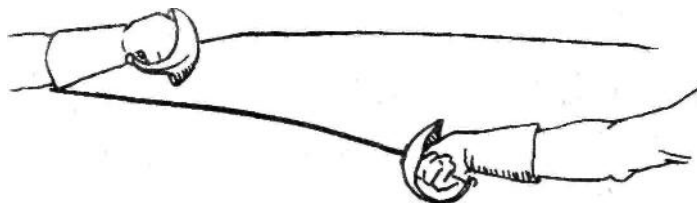


Рис. 138. Удар по руке снизу лезвием со стороны обуха



Рис. 139. Укол с выпадом

УКОЛЫ

В фехтовальном бою на саблях уколы (рис. 139) производятся, как правило, прямо и переводом. Укол переносом применяется крайне редко.

Уколы прямо

Уколы прямо саблями осуществляются в общих чертах примерно так же, как и в фехтовании на рапирах, в результате движения оружия острием вперед вдоль продольной оси клинка до прикосновения острия к телу противника.

Из третьей позиции и близких к ней положений выполнение укола начинается с выпрямления руки в сторону противника и приведения кисти, совершаемого с целью уменьшить или совсем устранить угол между выпрямленной рукой и клинком сабли. Нанесение укола сопровождается усиленным нажатием на спинку рукоятки большим пальцем, что придает точность и целеустремленность движению острия.

В момент прикосновения острия сабли к телу противника лезвие клинка должно быть обращено вправо или вправо-вверх, так как при этих положениях оружия кисть лучше всего защищена гардой от возможных ударов по ней.

Выполнение укола может сопровождаться предварительным перехватыванием рукоятки за ее конец, что не следует, однако, превращать в привычку. При уколе с выпадом выпрямление руки должно, как и при уколе рапирой, опережать постановку правой ноги на пол, вследствие чего укол совершается раньше, нежели завершится движение выпада.

Уколы переводом

Укол переводом выполняется так же, как при фехтовании на рапирах, но рука, разгибаясь, во время обведения сабли противника поворачивается ладонью вниз или вниз-вправо (рис. 140), а конец клинка в своем обводящем

движении опускается значительно ниже, нежели у рапириста, что обусловлено большим размером сабельной гарды и сравнительно низким обычно ее положением при фехтовании на саблях. Движение перевода осуществляется выпрямляющейся рукой при помощи последовательно следующих пронации кисти, сгибания, приведения и, наконец, разгибания.

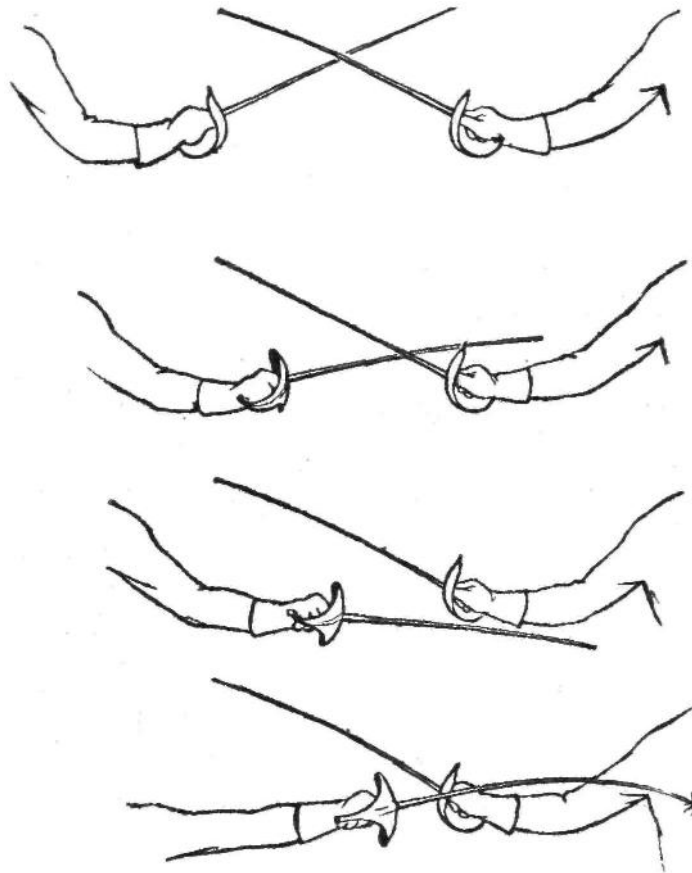


Рис. 140. Укол переводом

ПРОСТЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

АТАКИ

В фехтовании на саблях простая атака содержит в себе только одно движение оружием — удар или укол. Это обстоятельство не исключает применения в простой атаке нескольких и различных приемов приближения. Для атаки типично преодоление той дистанции, на которой фехтующие пребывают большую часть времени боя, т. е. дальней или близкой к ней. Простая атака на руку и голову в некоторые моменты боевого маневрирования может выполняться при помощи одного только выпада. Обычно же атака совершается с предварительным сближением, т. е. посредством последовательного сочетания шага или скачка вперед с выпадом или броска. Шаг вперед в сближении применяется обыкновенно в тех случаях, когда атакующий допускает возможность контратаки и поэтому готов ее встретить и намерен при этом решать, что и каким образом поражать уже после шага или во время его выполнения — в зависимости от поведения противника в эти моменты. Скачок вперед применяется чаще в тех случаях, когда атакующий, полагая, что его нападение неожиданно для противника, заботится лишь о придании своей атаке максимальной быстроты. Применение различных приемов сближения и их сочетания с движениями оружием зависит в основном от дистанции боя и содержания атаки.

В ударах и уколах с выпадом возникает сложное и изменчивое соотношение движений оружия, руки, туловища и ног. При коротком выпаде толчок ног и выпрямление вооруженной руки (доставляющей оружие к месту удара) начинаются одновременно, самый же удар — прикосновение совершается много раньше постановки на пол стопы правой ноги.

При выпаде средней длины выпрямление вооруженной руки, т. е. посыл оружия на удар, начинается чуть позже начала выпада, но удар-прикосновение также опережает постановку на пол правой ноги, хотя уже в меньшей степени.

При предельно длинном выпаде движение удара начинается лишь в момент выноса правой ноги, т. е. тогда, когда разгибание левой ноги и наклон туловища уже создают возможность производить удар (см. рис. 113). Тем не менее разгибание вооруженной руки опережает движение правой ноги, и удар все-таки совершается раньше постановки стопы правой ноги на пол, но уже с минимальным опережением.

Такая изменчивость в координации движений руки и ног обусловлена тем, что выполнение рукой удара занимает примерно в три раза меньше времени, нежели выполнение даже среднего кypaдa. Однако некоторые

моменты ударов с выпадом остаются неизменными, несмотря на разную длину выпадов, а именно: продвижение тела вперед никогда не начинается позже движения руки, так как удар невозможен без доставки руки, и утар-прикосновение во всех случаях опережает постановку на пол выносимой вперед ноги.

В атаках с дальней дистанции с шагом вперед и выпадом выпрямление руки вперед для нанесения удара-укола начинается после шага.

Атака броском (стрелой) в фехтовании на саблях имеет большое распространение и, как правило, выполняется с дальней дистанции при помощи стартообразного броска (согласно описанию этого приема применительно к рапире). Движение удара рука начинается в тот момент, когда атакующий в процессе сближения окажется от противника на дистанции, немного менее средней. Нанесение удара-укола застает атакующего в последний момент опоры правой ногой, а иногда даже в начале полета, следующим за этим моментом (рис. 141).

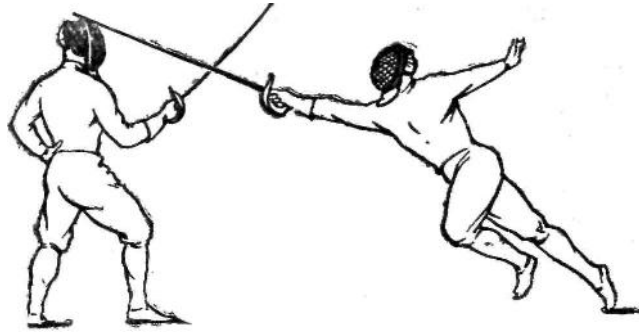


Рис. 141. Момент удара в атаке броском

КОНТРАТАКИ

Оба вида контратак, **останавливающие удары-уколы и удары в темп**, находят применение в боях на саблях. Особенно часто саблисты пользуются **ударами в темп по руке**. Объясняется это тем, что рука является наиболее приближенной частью поражаемого пространства противника и, кроме того, неминуемо открывающейся при попытках его наносить удары-уколы. В силу этих обстоятельств около половины всех ударов, наносимых в обороне, приходится на долю ударов в темп по руке. Атакующий саблист поэтому прежде всего заботится о предотвращении этих контратак. Удары в темп по руке являются как бы первой линией обороны, и при неуспехе здесь обороняющийся еще имеет возможность избежать удара-укола, применив защиту с последующим ответом. Поэтому в тренировке в ударах в темп по руке эти удары, в первую очередь, должны сопровождаться последующим парадом с ответом и, во вторую — глубоким отступлением, пресекающим схватку. Удары в темп можно производить по разным частям руки и с разных сторон. Выгоднее, однако, наносить удары по кисти и предплечью, так как эти удары позволяют поражать противника в максимальном отдалении от обороняющегося. В зависимости от движения или положения руки противника в начале его атаки руку следует в контратаке рубить с различных сторон. При обманах противника вниз руку выгодно рубить сверху, при обманах вверх — снаружи и снизу. Если противник применяет удары (батманы) по оружию и захваты, его руку надо рубить с переводами и переносами; если же он начинает сближение, не производя рукой никаких действий, сохраняя боевую, т. е. нейтральную, позицию, руку его можно рубить сверху изнутри или снаружи. Во всех случаях при ударе по руке в контратаке следует быть готовым взять защиту от возможного последующего удара противника. Наиболее часто в темп ударяют по руке снаружи (см. рис. 134). Объясняется это тем, что в боевых позициях и движениях рука снаружи обычно оказывается наиболее открытой и, кроме того, рубить руку снаружи технически значительно удобнее, нежели с других сторон. Выгоднее всего удары по предплечью, поскольку гарда, сама по себе прикрывающая кистью, не всегда препятствует ударам по предплечью.

Удары в темп по руке можно применять в различные моменты сближения и атаки противника, но во всех случаях предпочтительнее выполнять их в отступлении. Ударять в темп можно противника как совершающего предварительное сближение, так и уже начавшего финальное движение удара-укола. Ранняя попытка ударов в темп в сочетании с быстрым отступлением создает наиболее выгодные условия для «выигрыша темпа» и для совершения повторных попыток рубить в темп, совпадающих по времени или со следующими шагами вперед противника или с началом его выпада. Часто применяемая страховка от удара в темп по руке снаружи в виде принятия в шаге вперед положения третьей защиты вызывает широкое применение ударов в темп по голове. Вследствие этого у многих саблистов в контратакующих действиях возникает дилемма: при закрытой голове у противника — удар в темп по руке снаружи, при закрытой руке от удара снаружи — удар в темп по голове.

Останавливающий удар-укол применяется в фехтовании на саблях значительно реже удара в темп. В этой контратаке, совершаемой обычно с выпадом и гораздо реже броском, чаще всего противник поражается уколом прямо, переводом и ударом по голове, реже — по правому боку и совсем редко — по левому. Останавливающий удар, что явствует из самого названия, имеет целью пресечь атаку в самом ее зарождении, т. е. так рано нанести противнику укол-удар, чтобы остановить его в движении вперед. Наилучшим образом с этой задачей справляется укол, который не только психологически, но и фактически останавливающим образом действует на противника. Другим преимуществом укола является, во-первых, то, что им противник поражается раньше, нежели ударом, так

как острие оружия ближе к противнику, нежели лезвие, а во-вторых, тем, что по началу своего движения укол переводом и прямые уколы из позиций с опущенным оружием похожи на попытку рубить руку снаружи или снизу, что часто заставляет атакующего передерживать положение третьей позиции. Останавливающие уколы и удары по голове, подобно ударам в темп по голове, в большой степени являются опровержением действий противника, страхующих его от удара в темп по руке снаружи, принятием предупредительного положения третьей защиты. Останавливающий удар по правому боку, в свою очередь, является контрмерой на предупредительное принятие противником во время его сближения пятой позиции. Технически останавливающие удары и уколы ничем не отличаются от простых атак с выпадом. Укол в контратаке можно выполнять и с оппозицией (рис. 142). Все останавливающие удары выполнимы и в броске.

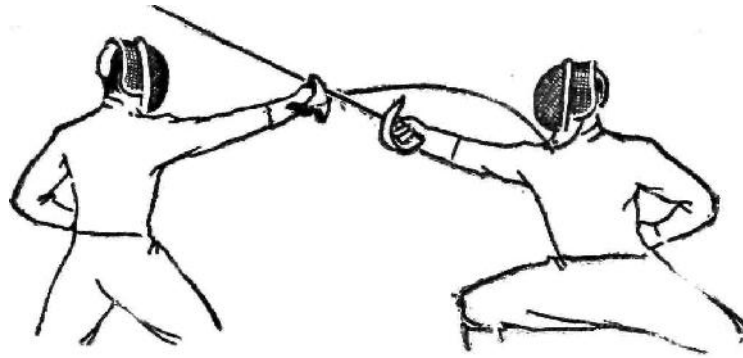


Рис. 142. Укол с оппозицией

Удары в контртемпе представляют собой контратаку на контратаку. Как правило, удары в контртемпе выполняются в момент начала вызванной контратаки противника. Наиболее благоприятным условием поражения противника ударом в контртемпе является его контратака с обманом. Особая трудность применения ударов в контртемпе заключается в близости противника, совершающего контратаку. Примеры наиболее применимых ударов в контртемпе:

Саблист делает шаг вперед в третьей позиции, вызывая контратаку уколом с выпадом. Противник пытается совершить вызываемое, на что первый в прыжке назад ударяет в контртемпе по руке сверху, сам не получая укола.

Саблист движется вперед с опущенной и взятой на себя рукой, вызывая контратаку с обманом на голову. Противник совершает вызываемый обман на голову, но во время его выполнения получает удар в контртемпе по руке снаружи.

Саблист приближается шагом вперед к противнику, открыв свою руку снаружи. Противник пытается ударить в темп по руке снаружи, на что первый ударяет в контртемпе по руке сверху, подняв высоко свою кисть и избежав этим удара в темпе.

ПОВТОРНЫЕ АТАКИ

Повторная атака в бою на саблях по движениям ног и туловища аналогична таковой в фехтовании на рапирах, а по приемам оружия не отличается от атак, описанных выше. При глубоких отступлениях противника от атак с выпадом повторные атаки бывает выгодно производить броском, который в этом случае начинается из положения высокого выпада или зарождаете» в еще не иссякшем движении вперед в выпаде любой длины. И в том и в другом случаях правой ногой без существенной помощи левой приходится обеспечивать быстроту и полноту движения в броске.

ЛОЖНЫЕ АТАКИ

Ложной атакой называется лишь внешнее подобие атаки.

В фехтовании на саблях ложная атака имеет широкое применение, выполняя в основном задачи, свойственные ей в фехтовании на всех видах оружия, т. е. задачи разведки, вызова, маскировки и относительно безопасного приближения к противнику. В зависимости от конкретной задачи ложная атака принимает то или иное выражение, но во всех почти случаях она должна обмануть противника, т. е. создать у него впечатление истинной атаки. Наиболее характерны для сабельного фехтования ложные атаки двух типов: вызывающие попытку противника нанести удар по руке в отступлении и обеспечивающие относительно безопасное приближение к противнику для развития этого приближения в действительную атаку. Вызывая попытку ударить в темп в отступлении, саблист делает шаг вперед, выдвигая в сторону противника оружие обычно в нейтральном положении боевой позиции.

Ложная атака в целях безнаказанного приближения к противнику выполняется в форме плавного недлинного выпада с не вполне выпрямляющейся левой ногой и с несколько опазды-вающим обозначением удара по голове и режее — по руке снаружи. Неполное выпрямление толкающей ноги в выпаде в этом случае нужно для сохранения возможности «срыва» в действительную повторную атаку, а обозначение удара производится с целью предотвратить контратаку противника с продвижением вперед.

ЗАЩИТЫ

В бою на саблях защитой называется пресечение рубящего или колющего движения оружия противника посредством своего оружия. Техника защит от уколов аналогична в общем рапирным, т. е. осуществляется отстранением оружия противника в сторону мимо поражаемого пространства. Защиты от ударов выполняются четкой постановкой сильной или средней части клинка против и поперек слабой части клинка противника, пытающегося нанести удар. Лезвие клинка обороняющегося при этом должно быть обращено в сторону оружия противника. Такой поворот оружия должен опережать или, вернее, завершаться ранее других движений оружием обороняющегося. Положение оружия в конце защиты отбивом, как правило, на мгновение фиксируется. Конечное движение всех защит пресекается внезапным сокращением мышц-антагонистов и резким сжатием рукоятки оружия пальцами. Совершив эту остановку оружия, все мышцы руки мгновенно раскрепощаются, и вся рука приходит в состояние готовности действовать дальше. Если же отбив совершается скользящим и проходящим движением оружия по клинку противника, т. е. проходящей защитой, то движение оружия обороняющегося в момент отбива не прекращается, а переходит непосредственно в замах для ответного удара.

В случаях, когда противник пытается произвести удар с ближней дистанции, защита должна осуществляться движением клинка не только в сторону оружия, противника, но и на себя посредством приведения плеча и сгибания руки в локтевом суставе. Это необходимо для того, чтобы противопоставить сильную часть своего клинка слабой части клинка противника.

По характеру прикосновения к оружию противника защиты делятся на отбивы и отводы. В бою на саблях отводы применяются в редких случаях — при уколе прямо из соединения. В зависимости от формы (пути) движения оружия обороняющегося защиты могут быть прямые, полукруговые и круговые. Основными защитами в фехтовании на саблях являются четвертая, третья и пятая, которые и описываются ниже первыми.

Прямые и полукруговые защиты

Четвертая защита (рис. 143) применяется для отражения попыток противника нанести удар по левой стороне туловища в пределах поражаемого пространства, по руке изнутри и против уколов по внутренней линии. Четвертая защита из положения оружия острием вверх и в третьем секторе — прямая защита (см. рис. 122, а). Она выполняется перемещением оружия влево, совершаемым горизонтальным приведением и отчасти пронирующим поворотом руки в плечевом суставе с одновременным поворачиванием клинка лезвием влево-вниз до положения четвертой позиции. Поворот лезвия влево достигается сгибанием кисти в лучезапястном суставе.

Четвертая низкая защита применяется при попытках противника рубить или колоть в нижнюю часть левой стороны туловища (рис. 144). Она выполняется движением оружия в косом направлении влево-вниз и немного на себя до положения четвертой низкой позиции.

Четвертая защита из положения оружия острием вниз — полукруговая защита. При этой защите движение острия клинка из положений, близких ко второй позиции, совершается по дуге вверх-влево (см. рис. 122, ж), а из положений, близких к первой позиции, — по дуге вправо-вверх и затем влево. Поднимание острия вверх из второй позиции осуществляется разгибанием в лучезапястном суставе, а в движении по дуге из первой позиции этому разгибанию предшествует сгибание кисти, сочетаемое с одновременным супинирующим поворотом всей руки.

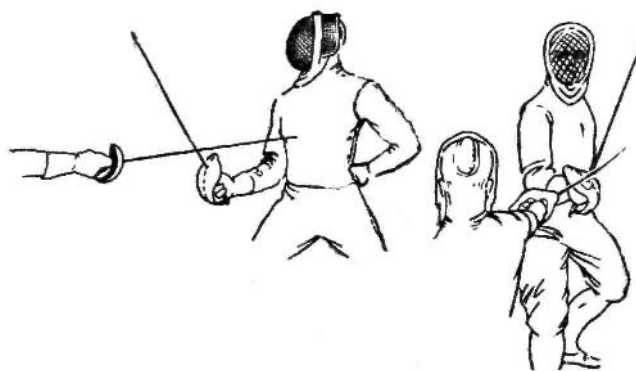


Рис. 143. Четвертая защита

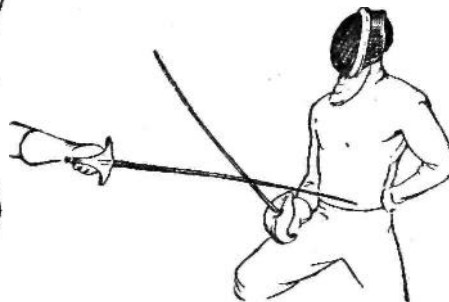


Рис. 144. Четвертая нижняя защита

Третья защита (рис. 145) применяется против попыток противника рубить правую сторону туловища в пределах поражаемого пространства, руку снаружи и против уколов в те же части тела по внешней линии.

Третья защита из положений оружия острием вверх в четвертом секторе — прямая защита. Она выполняется перемещением оружия вправо, совершаемым горизонтальным отведением и супинирующим поворотом руки в плечевом суставе с одновременным поворотом клинка лезвием вправо до положения третьей позиции (см. рис. 122, а). Поворот лезвия вправо достигается разгибанием кисти в лучезапястном суставе. Конечное положение третьей защиты зависит от защищаемого места и глубины атаки, но острие клинка должно быть вынесенным правее головы (примерно на 10 см), а локоть немного приближен к своему правому боку.

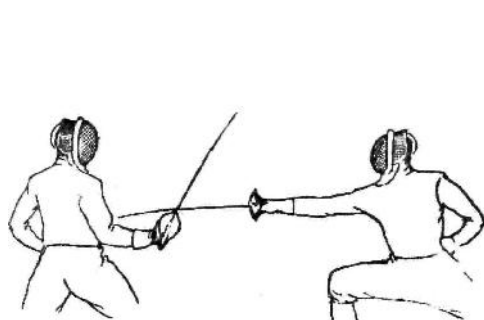


Рис. 145. Третья защита



Рис. 146. Третья нижняя защита

Третья защита из положений оружия острием вниз — полукруговая защита. Из второй позиции клинок идет обухом сперва влево, затем плашмя вверх, и завершается защита движением клинка вправо лезвием вперед с одновременным приближением локтя к своему боку (см. рис. 122, в, г). Все движение осуществляется при участии всех суставов руки с ведущей ролью супинирующего поворота всей руки в плечевом суставе с одновременным разгибанием кисти. Конечные положения защиты аналогичны таковым в прямой третьей защите.

Третья нижняя защита (рис. 146) отражает удары в нижнюю правую сторону туловища и руку снизу. Она отличается от других видов третьей защиты тем, что оружие в ней движется не вправо, а вправо-вниз до принятия положения третьей низкой позиции.

Пятая защита (рис. 147) закрывает голову, грудь и руку от ударов сверху. Из третьей позиции и положений, сходных с ней, пятая защита берется движением острия влево с одновременным подниманием гарды вверх и слегка вправо и поворачиванием клинка лезвием вверх-вперед. Завершается это движение приходом сабли в положение пятой позиции (см. рис. 122, б). Гарда поднимается вверх посредством движения в плечевом суставе, а поворот оружия острием влево-вперед осуществляется пронизирующим поворотом кисти.

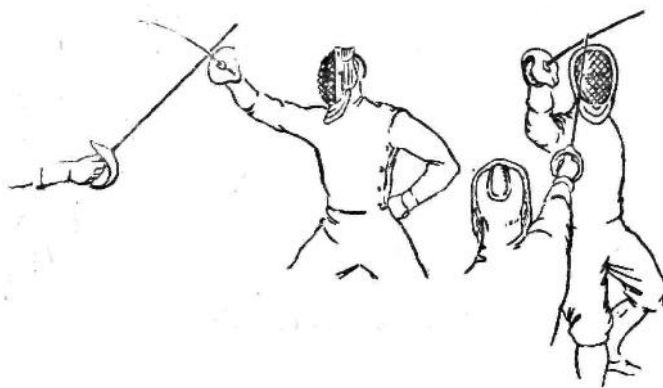


Рис. 147. Пятая защита

Из четвертой позиции и положений оружия, сходных с ней, пятая защита выполняется почти прямолинейным подниманием гарды вверх-вправо с одновременным поворотом клинка лезвием вверх, т. е. кнаружи (см. рис. 122, е). Движение завершается принятием положения пятой позиции. Поднимание кисти вверх-вправо, идущее от плечевого сустава, сопровождается одновременным пронизирующим поворотом и разгибанием кисти в лучезапястном суставе.

Из второй позиции и положений, сходных с ней, пятая защита берется полукруговым движением клинка влево-вверх с одновременным подниманием гарды до ее уровня в пятой позиции и поворотом клинка лезвием вверх-вперед (см. рис. 122, з). Поднимание руки, идущее от плечевого сустава, сопровождается небольшим сгибанием руки в локте и разгибанием кисти в луче-запястном суставе.

Из первой позиции и положений, сходных с ней, пятая защита выполняется движением всей сабли вправо-вверх до принятия пятой позиции (см. рис. 122, и). Движение отличается от предыдущего ярко выраженным супинирующим поворотом всей руки в плечевом суставе и отсутствием разгибания кисти.

Вторая защита (рис. 148) применяется для отражения ударов по правому боку, руке снизу и уколов в туловище. Наиболее необходима при отражении укола с переводом внутрь.

Из первой позиции и положений, близких к ней, вторая защита является прямой защитой и осуществляется перемещением оружия вправо до положения второй защиты при помощи разгибания руки в локтевом суставе с одновременным супинирующим поворотом всей руки кнаружи и незначительным сгибанием в кисти (см. рис. 122, к).

Вторая защита, выполняемая из положений оружия **острием вверх**, является **полукруговой защитой**. Острие клинка в этом случае описывает полукруг против хода часовой стрелки сперва влево обухом вперед, затем вниз плашмя и, наконец, вправо лезвием вперед (рис. 122, в, з, ж). Гарда при этом немного поднимается вверх. Защита осуществляется неполным выпрямлением руки вперед с одновременным вращательным движением кисти в лучезапястном суставе. Конечное движение клинка вправо идет от приведения кисти и усиливается нажимом большого пальца на спинку рукоятки.

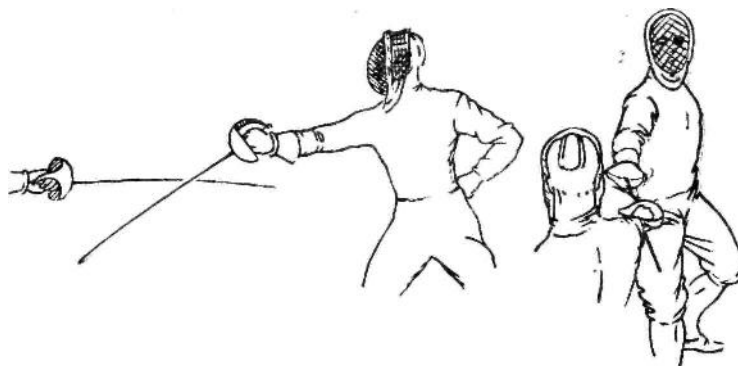


Рис. 148. Вторая защита



Рис. 149. Первая защита

Рис. 150. Первая высокая защита

Первая защита (рис. 149) закрывает левый бок и руку от удара изнутри.

Первая защита из положения оружия **острием вниз** во втором секторе является **прямой защитой**. Выполнять ее следует перемещением оружия влево, совпешаемым горизонтальным приведением руки в плечевом суставе, сгибанием в локте с одновременным поворотом клинка лезвием влево посредством разгибания и пронирующего поворота кисти и всей руки до положения первой позиции (см. рис. 122, к).

Из **третьей** позиции или близких к ней положений первая защита является **полукруговой** и защищает всю левую сторону туловища от ударов и уколов. В защитах от ударов она осуществляется перемещением сабли влево с одновременным опусканием острия и подниманием гарды. Достигается это в основном пронирующим поворотом всей руки в плечевом суставе, отчего оружие, описывая острием полукруг влево-вниз, приходит в положение первой позиции (см. рис. 122, г).

В защитах от уколов и при ловле оружия противника острие клинка описывает полукруг, но уже в другом направлении: вниз и затем влево (см. рис. 122, и). Первое движение конца клинка вниз в этом случае совершается одновременным сгибанием и приведением кисти поднимающейся вертикально руки, затем посредством горизонтального приведения руки и пронирующего поворота всей руки клинок перемещается влево лезвием также влево. Последнее завершающее движение полукруга акцентируется нажимом большого пальца на спинку рукоятки. Эта защита обычно бывает проходящей с последующим ответным ударом по голове или левому боку.

Для отражения удара по левой щеке и отчасти по голове и левому боку применяется первая высокая защита (рис. 150). Она выполняется так же, как и нормальная первая защита, с той лишь разницей, что гарда при ее выполнении движется влево-вверх до уровня лба.

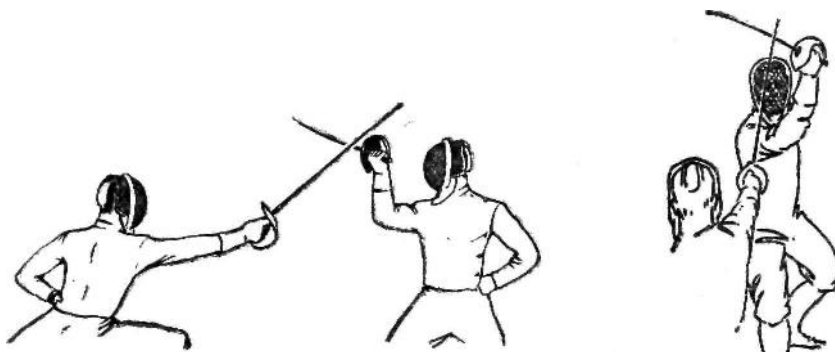


Рис. 151. Шестая защита

Шестая защита (рис. 151) закрывает голову, грудь и руку от ударов сверху. Из третьей позиции и близких к ней положений шестая защита выполняется прямым движением гарды вверх-влево до уровня лба, но левее его с одновременным супинирующим поворотом кисти до положения клинка лезвием вверх-вперед, как в шестой

позиции (см. рис. 122, б).

Круговые защиты

Круговыми защитами в боях на саблях пользуются сравнительно с фехтованием на рапирах редко. Большой частью их применяют против уколов и как обобщающее защитное движение, имеющее целью «взять» клинок противника. Применяются две круговые защиты: круговая третья и круговая четвертая.

Круговая третья защита выполняется из третьей позиции и положений, сходных с ней. Осуществляется она круговым движением клинка по ходу часовой стрелки с осью движения около кисти. Осуществляется это движение круговым движением кисти в лучезапястном суставе, которому помогают и пальцы, в результате чего клинок с лезвием, обращенным вправо и немного вниз, описывает острием по ходу часовой стрелки несколько сплюснутый по вертикали круг диаметром до полуметра. Гарда при этом почти недвижима, а клинок, завершив круг, приходит в конечное положение третьей защиты (см. рис. 122, л).

Круговая четвертая защита выполняется из четвертой позиции и положений, сходных с ней. Техника выполнения этой защиты аналогична технике выполнения круговой третьей защиты с той разницей, что клинок, обращенный лезвием влево-вниз, движется в противоположном направлении, т. е. против хода часовой стрелки, также описывая острием вертикальный эллипс (см. рис. 122, ж). Движение оружия осуществляется круговым движением кисти в лучезапястном суставе при активной помощи пальцев.

Защиты с переносом являются разновидностью круговых защит. Применяются они в тех случаях, когда оружие противника, угрожая ударом-уколом прямо, в то же время мешает взять противнику прямую защиту. Таких моментов теоретически может быть много. В практике же наиболее часто встречающимися защитами с переносом являются третья и пятая защиты, применяемые только в определенных случаях.

Третья защита переносом от прямого удара по правой щеке или по плечу снаружи, выполняемого противником после его четвертой защиты от укола или удара по руке. Эта защита производится быстрым переносом клинка через острие оружия противника с одновременным принятием руки на себя до прикосновения локтя к своему правому боку и последующим приходом в положение третьей защиты с почти вертикальным клинком. Движение оружия на себя осуществляется приведением плеча и сгибанием руки в локте. При этом оба движения клинка — на себя и вперед (при переносе), совершаемые в вертикальной плоскости, выполняются почти исключительно в лучезапястном суставе.

Третья защита переносом от прямого удара по правой щеке или по плечу снаружи, выполняемого противником после его удара (батмана) по оружию или его захвата оружия в четвертое соединение. Эта защита производится так же, как и в предыдущем случае, но с менее глубоким движением вооруженной руки и оружия на себя.

Пятая защита переносом от ответного удара по голове, выполняемого противником, после его четвертой защиты от укола или удара по руке. Эта защита производится переносом своего клинка через острие оружия противника с одновременным глубоким движением вооруженной руки на себя. Слабая часть клинка при этом движется сперва назад и слегка вправо, затем влево и, наконец, немного вперед, описывая острием не замкнутое круговое движение почти в горизонтальной плоскости до принятия оружием сдвинутой на себя пятой защиты. Движение оружия на себя осуществляется приведением плеча и сгибанием руки в локте, а круговое движение клинка — вращением кисти в лучезапястном суставе.

Пятая защита переносом от прямого удара по **голове**, выполняемого противником после его удара (батмана) по оружию или его **захвата оружия в четвертое соединение**. Эта защита производится так же, как и от ответа прямым ударом, но с менее глубоким движением вооруженной руки и оружия на себя. Круговое движение оружия осуществляется также в лучезапястном суставе.

Защиты саблей, подобно рапирным, могут выполняться на месте без движения туловища и с отклонением его назад, с шагом назад, в скачке назад, во время бега назад с грудью, обращенной к противнику, с движением вперед при защитном «взятии» оружия и в самых разных сочетаниях приемов передвижения.

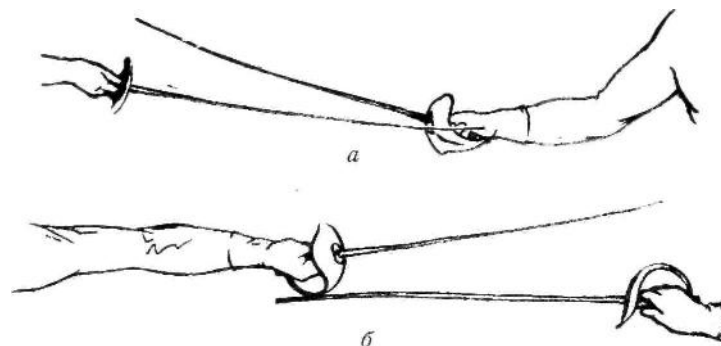


Рис. 152. Защита кисти:

а — от удара изнутри; б — от удара сверху

Защиты кисти и предплечья у кисти по сравнению с защитами туловища и головы совершают более узкими перемещениями оружия в сторону угрозы и более полным поворотом гарды дужкой к клинку противника (рис.

152, а, б,). Рука может быть предохранена от удара и посредством взятия ее на себя, отводя локоть назад к правому боку и далее за него снаружи. Взятие руки на себя может сочетаться и с защитой ее оружием.

Возможные ошибки при выполнении защит: 1) стремление встретить клинок атакующего противника преждевременным, чрезмерно широким и ударным движением оружия; 2) нечеткая и опаздывающая постановка клинка лезвием против оружия противника; 3) отставание клинка от движения гарды.

ОТВЕТЫ

В фехтовальном бою на саблях момент после взятия защиты всегда очень выгоден для нанесения удара вследствие близости и большой открытости противника. Поэтому чаще всего ответы выполняются немедленно после защиты с максимальной скоростью и по ближайшей, наиболее открытой части тела противника (в пределах поражаемого пространства). Ответы делают не только прямые, но и с переносом и переводом. Кроме того, возможны ответы с выдержкой и обманными движениями оружием. Сами удары и уколы в ответах по технике немногим отличаются от таковых в атаках, но выполняются они обычно на месте — без выпада или с коротким выпадом или в момент отхода назад. Кроме того, исходные положения оружия при ответах, т. е. конечные положения защит, позволяют почти всегда выполнять удары без специальных замахов, а близость к чрезмерно глубоко атаковавшему противнику позволяет нередко производить удары без полного выпрямления руки. Наиболее выгодными ответами являются следующие:

- после **четвертой защиты** — удары по руке снаружи и сверху, по правой щеке, по голове (рис. 153), по левому боку;
- после **третьей защиты** — удары по голове, по левой щеке, по руке снаружи, укол прямо;
- после **второй защиты** — удары по правой щеке, по руке снаружи, укол прямо;
- после **пятой защиты** — удары по голове, по правому боку, по левому боку, укол переводом;
- после **первой защиты** — удары по руке сверху, по голове (см. рис. 125), по всей правой стороне тела противника в пределах поражаемого пространства;
- после **шестой защиты** — удар по левому боку.

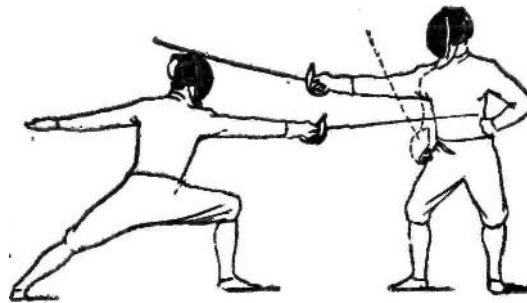


Рис. 153. Ответ ударом по голове

Если атакующий при парировании его удара (укола) применяет движения оружием, страхующие от ответов по ближайшим частям его тела, ответы следует наносить в другие места поражаемого пространства, выполняя их с переносами, с переводами или с выдержкой. Наиболее употребительны следующие ответы против страхующегося противника:

- после **четвертой защиты** — удар переносом по правой стороне тела противника в пределах поражаемого пространства;
- после **третьей защиты** — удары переносом по голове, по левому боку, укол переводом;
- после **второй защиты** — удары переносом по голове, по левому боку, по левой щеке.

Ответы с задержкой в защите или замедленным выполнением удара также рассчитаны на «обыгрывание» страхующих защитных движений атакующего. Эти ответы обычно сочетаются с выпадом, так как противник, не получив немедленно ответного удара (укола), успевает принять страхующую защиту и в какой-то мере уйти с выпада.

Особенности защит от уколов и ударов в ответе

Защиты от ответов в фехтовальном бою на саблях представляют еще большую трудность, чем в фехтовании на рапирах. К необходимости атакующему защищаться, являясь на выпад и при отдаленном от себя своем оружии, прибавляется новое затруднение в виде крайнего **разнообразия** возможных ответов и одинакового технического удобства нанесения ударов по разным частям поражаемого пространства.

Если в фехтовании на рапирах от самого быстрого и самого вероятного ответа уколом прямо может быть взята преднамеренная защита, то в фехтовании на саблях осуществление **преднамеренных** защит встречает **затруднение**, так как в этом виде фехтования нет в такой же мере **предпочтительного**, наиболее вероятного ответа, каким является укол **прямо** в фехтовании на рапирах.

Тем не менее, конкретная защита от увиденного в ответе оружия противника, несмотря на большую трудность ее выполнения, должна занимать весьма значительное место в тренировке фехтовальщика в защитных

действиях. Овладение этой защитой в широком ее применении имеет большое моральное значение во время ведения боя, являясь как бы аварийным запасом на случай временной потери «чувства» боя.

Пытаясь защититься от ответа, атаковавший, почувствовав защиту противника, должен немедленно начинать уход с выпада, назад, чтобы удлинить время, необходимое для выполнения ответного удара-укола, и тем самым получить большую возможность защититься от него. В этих случаях защиту от ответа приходится принимать на полпути возвращения в боевую стойку, т. е. в одноопорном положении, что не должно отрицательно влиять на правильность защитных движений оружием. При необходимости защищаться от ответа в положении выпада или в начале ухода из него назад саблист вынужден сопровождать выполнение защиты значительным взятием оружия на себя. В конечных положениях защит в этих случаях оружие оказывается сильно приближенным к защищаемому месту (рис. 154, а, б). Защита от ответа должна завершаться контрответом.

При отпарированной атаке броском защиту от ответа следует выполнять на бегу, что обыкновенно приходится на начало первого стопорящего шага (рис. 155). За защитой от ответа на атаку броском как всегда должен следовать контрответ, так же, как и защита от ответа, совершаемый на бегу.

Преднамеренная защита в ложной атаке легко осуществима и приносит положительный результат в бою с саблистом, страдающим привычкой при непреднамеренно взятой защите всегда отвечать одним и тем же ударом.

Так, например, зная о **привычном** применении противником в ответах **ударов по голове**, атакующий саблист, почувствовав неожиданно соприкосновение своего клинка с клинком противника, взявшего какую-то непреднамеренную защиту, может смело, не ожидая того момента, когда можно будет увидеть направление движения оружия в ответе, принимать положение **пятой защиты** и, получив удар по оружию, отвечать.

Зная **об устойчивой привычке** противника после **пятой** защиты отвечать по **левому боку**, атаковавший, встретив оружие противника в пятой защите, должен немедленно принимать положение **четвертой защиты** и, получив право на ответ, отвечать и т. д.

Непреднамеренной, безотносительной защитой «на всякий случай» от ответа противника в фехтовании на саблях является **пятая защита**, поскольку явное преобладание в современном фехтовании на саблях защит с острием **выше** гарды и **низкое** держание кисти делают все же наиболее употребительным ответ **ударом по голове**.

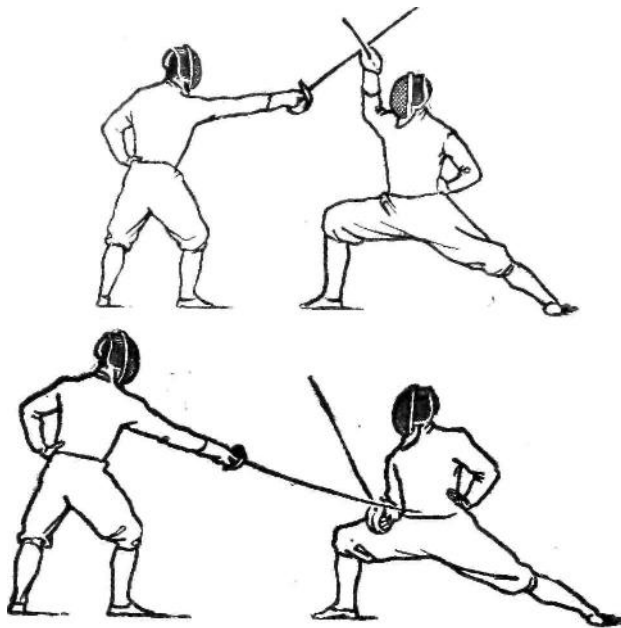


Рис. 154. Защиты от ответных ударов:
а—пятая защита; б—четвертая защита

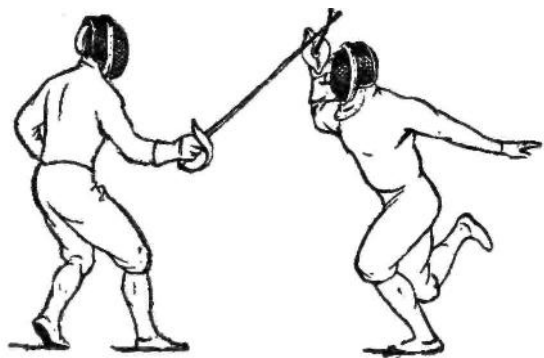


Рис. 155. Пятая защита от ответа на атаку броском

СДВОЕННЫЕ УДАРЫ (РЕМИЗЫ)

Сдвоенные удары, т. е. удары, совершаемые фехтовальщиком непосредственно после отпарированного противником предыдущего, как добавок к нему, вмещающийся вместе с ним в один темп, имеют большое распространение в фехтовании на саблях. Объясняется это тем, что в положении отпарированного удара рубящая часть клинка наносившего удар фехтовальщика находится гораздо ближе к телу противника, нежели у защищавшегося, что и позволяет при малейшей задержке в ответе выиграть темп в повторном ударе по руке. Выгоднее всего сдвоенные удары производить по руке противника, как наиболее близкой части поражаемого пространства. Успешность преднамеренно совершаемых ударов обычно обеспечивается тем, что первый удар, долженствующий вызвать защиту противника, совершается не глубоко и без резкого прикосновения к оружию противника. Ощущение такого удара у защищающегося не вызывает обыкновенно предельно быстрого реагирования привычным ответом, а это только и нужно для опережения ответа сдвоенным ударом. Следует, однако, отметить, что сдвоенные удары могут успешно осуществляться и без подготовки ложной атакой, а именно: в ответе и в середине сложной фразы. Совершенно неприемлемы они лишь против противника, защищающегося преднамеренно, т. е. от ожидаемого и вызываемого им удара, так как ответы в этом случае совершаются без

малейшего промедления в защите.

Сдвоенный удар по руке снаружи в предплечье у кисти при взятой противником пятой защите (рис. 156) наиболее выгоден. Удар совершается в положении выпада, сделанном в атаке. Клинок из конечного положения удара по голове, отстав от оружия противника, защитившего голову, движется в пределах конуса с вершиною в кисти. Слабая часть клинка при этом описывает дугу непосредственно вокруг гарды противника вверх—влево—вниз. Клинок остается все время обращенным лезвием к гарде. Обводящее движение завершается ударом по руке снаружи в горизонтальной плоскости. Обводящее движение осуществляется премирующим поворотом кисти, а удар как всегда — приводящим движением кисти и нажимом большого пальца на спинку рукоятки.

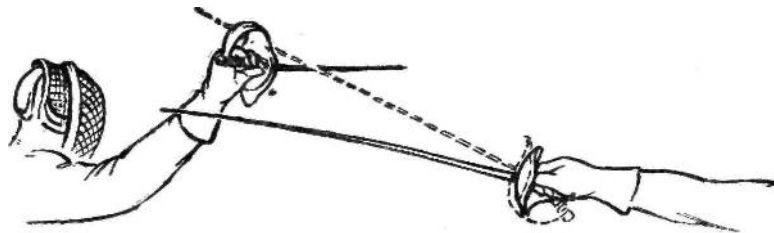


Рис. 156. Сдвоенный удар по руке

Сдвоенный удар по предплечью при третьей защите противника выполняется из положения парированного удара по правому боку. Для выполнения сдвоенного удара в данном случае клинок из положения удара по правому боку, отстав от оружия противника, обводит его гарду движением острия влево-вниз, и затем совершается рубка в наклонной плоскости снизу вверх-вправо. При высокой третьей защите сдвоенный удар по руке снаружи бывает выгодно совершать с опусканием гарды и небольшим вращательным движением оружия по ходу часовой стрелки.

Удары в темп на ответ противника имеют сходство со сдвоенными ударами. Разница состоит лишь в том, что удар в темп на ответ выполняется на малую долю секунды позднее сдвоенного удара, а именно в тот момент, когда атакованный только начинает отвечать ударом или уколом. Выпрямляющаяся в ответе рука, облегчая нанесение по ней удара, в то же время оставляет очень мало времени для опережения. Поэтому удар в темп на ответ следует выполнять с началом ухода с выпада. Наиболее благоприятная обстановка для этого удара возникает при третьей защите противника независимо от направления его ответного удара. Удар в темп в этом случае выполняется выпрямленной рукой укороченным повторением предыдущего удара. При развитом ответе, т. е. ответной атаке, применимы все описанные выше удары по руке, по голове и уколы.

СЛОЖНЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

СЛОЖНЫЕ АТАКИ

Атаки второго намерения

Широкое применение в сабельном фехтовании разного рода контратак и ответов ударом по голове приводит саблистов к необходимости применять контрмеры в виде атак второго намерения.

Атака второго намерения, вызывающая контратаку, имеет две разновидности: атака, вызывающая попытку нанести удар в контратаке по определенному месту, и атака, вызывающая вообще контратаку без предложения места, куда направить удар-укол, т. е. атака второго намерения с обобщенным вызовом. Наибольшее распространение у саблистов высокого класса имеет атака второго намерения, вызывающая противника на неопределенную попытку рубить руку в темп. Поскольку удары в темп по руке совершаются противником обычно в глубоком отступлении, постольку ложные атаки, вызывающие эти удары, осуществляются в глубоком, но плавном продвижении вперед.

Если сближение шагом вперед в боевой позиции в ложной атаке вызывает противника на попытку рубить руку в темп с отходом, то тогда соответствующие защиты применяются в непресекающемся движении вперед, а ответ осуществляется с выпадом или броском вслед отступающему противнику. Ответы при неглубоком отступлении противника обычно выгодно применять простые и по ближайшей части тела противника. При глубоком и быстром отступлении противника ответ может развиваться в ответную атаку броском. Если ложная атака в атаке второго намерения вызывает контратаку, например ударом по голове или уколом переводом с движением вперед, т. е. с выпадом, то тогда соответствующие защиты выполняются с остановкой продвижения вперед, а ответ производится стоя на месте.

В качестве вызова противника на контратакующие действия часто применяется обычная боевая позиция, но с почти выпрямленной рукой, как удобная для непосредственного перехода в нападение в случае отсутствия контратакующих действий противника. Шаг вперед или начальное движение атаки броском, не вызвавшие желаемых контрдействий, должны в этом случае без остановки передвижения перейти в стремительную, уже действительную атаку. Атаки второго намерения, вызывающие контратаку, твердых формальных сочетаний в движении ног и оружия не имеют, так как момент защиты от контратаки всецело зависит от контратакующего. Поэтому выполнение этих атак предполагает владение таким взаимоотношением в работе ног и вооруженной руки, когда ноги готовят нужную дистанцию, а рука действует только в момент возникшей необходимости. Возникает

как бы формальная разобщенность движений ног и руки, однако строго подчиненная логике боевых взаимодействий.

Атаки второго намерения, вызывающие ответ противника, могут применяться в случае обнаружения у него устойчивой привычки совершать в ответах после определенных защит удары в одно и то же место. Первый — ложный удар в этом случае следует выполнять неожиданно, так как это обстоятельство в наибольшей степени гарантирует атакующего от нарушения противником привычного хода движений. Ложная атака может быть любого содержания, но во всех случаях она должна быть похожей на действительную.

Атаки второго намерения, вызывающие ответ, выполняются примерно в таком же сочетании движений ног и руки, как и при аналогичных атаках на рапирах.

Наиболее частым ответом после защит, как указывалось выше, является удар по голове. Поэтому следует широко применять ложные атаки, вызывающие этот привычный ответ противника, например:

1) ложная атака ударом по голове с выпадом — пятая защита от ответного удара по голове в положении выпада или перехода в боевую стойку вперед (в зависимости от возникающей дистанции) и контрответный удар по любой части поражаемого пространства противника стоя на месте, с выпадом или броском также в соответствии с дистанцией;

2) ложная атака ударом по правому боку с выпадом — пятая защита от ответа по голове и контрответный удар;

3) ложная атака ударом по левому боку с выпадом — пятая или шестая защита от ответа по голове и контрответный удар. Принятие шестой защиты требует в этом случае применения в ложной атаке не режущего удара по левому боку, а чисто рубящего удара. Пятая защита может применяться как после чисто рубящего удара, так и после режущего удара по левому боку.

Атаки второго намерения, вызывающие ответ, могут выполняться и в форме единого броска, в котором ложный удар совершается до постановки левой ноги на пол, но с меньшими глубиной продвижения и общим наклоном вперед, нежели в действительной атаке. Защита от ответа обыкновенно выполняется в момент приземления левой стопы, а контрответ — в начале следующего шага.

В зависимости от умения атакующего конкретно предугадывать ответные действия противника содержание ложных атак может быть самым различным.

Атака второго намерения, вызывающая защиту для нанесения противнику сдвоенного удара, применяется реже предыдущих двух атак второго намерения. Ею пользуются в тех случаях, когда ложный удар вызывает у противника защиту как бы «на всякий случай» без немедленного ответа. Техника ложной атаки, которая может вызвать такое защитное реагирование, описана выше в разделе ложных атак, а техника сдвоенных ударов — в соответствующем разделе повторных атак.

Разновидностью атаки второго намерения является провоцирующая простая атака, выполняемая с дальней дистанции посредством одного только выпада, сопровождаемого движением удара или укола. Применяют эту атаку с целью, вызвав противника на контратаку с выпадом или только выпрямлением руки вперед (при попытке рубить руку в темп), нанести ему удар, который был бы невозможен без встречного движения контратаковавшего. Удары в этом случае могут получить оба фехтовальщика одновременно, но удар зачтется только одному контратаковавшему, как неуспевшему опередить атаку. По форме провоцирующая атака отличается от ложной, вызывающей защиту, большей длиной выпада при несколько замедленном начале как самого выпада, так и рубящего или колющего движения.

Атаки со страховкой

Страховкой в атаке называется действие атакующего, имеющее целью обезопасить себя от возможной контратаки противника. Атака со страховкой выполняется как единое целое в быстром и непрерывном движении вперед.

Страховки могут быть двух типов: движением защиты и движением удара.

В атаке со страховкой движением защиты атакующий не ждет удара в контратаке противника, чтобы взять защиту, а, приближаясь к нему, заранее (на всякий случай) совершает защитное движение оружием против возможных контрдействий противника. Примеры: 1) атакующий, допуская возможность попытки противника нанести удар в темп по руке снаружи, производит одновременно с шагом вперед движение третьей защиты и затем без задержки и независимо от того, пытался противник нанести свой излюбленный удар в темп по руке снаружи или нет, совершает задуманный удар по голове с выпадом; 2) атакующий, предполагая, что противник на атаку будет реагировать попыткой контратаковать ударом по голове или по руке сверху, совершает стремительное сближение любым способом, заранее ставя свое оружие в положение пятой защиты, и затем независимо от того, была со стороны противника попытка контратаковать или нет, наносит ему с выпадом или в конце броска удар по голове, левому боку или укол в туловище.

Атака со страховкой ударом применяется тоже в том случае, когда атакующий допускает возможность контратаки со стороны противника. Например, атакующий с шагом вперед производит слегка расширенное движение удара по руке сверху в расчете на то, что если противник попытается контратаковать, то одновременно с нанесением удара атакующему сам получит удар, который и будет засчитан контратаковавшему, а если противник не попытается нанести контрудар, то атакующий вслед за страховочным движением удара по руке, оказавшимся «холостым», нанесет с выпадом ранее задуманный основной удар или укол.

Атаки со страховкой в отличие от атак второго намерения следует выполнять как единое целое глубоко и быстро с самого начала — в этом их преимущество; недостатком их является меньшая надежность, обусловленная

установкой на предполагаемое.

Атаки с обманами

Атаки, в которых нанесение удара или укола следует непосредственно за ложными движениями удара-укола, называются атаками с обманами. Цель обманных ударов и уколов — же, что и в фехтовании на рапирах, — вызвать противника на защитные движения против ложной угрозы и тем самым побудить его открыть какую-либо другую намеренную атакующим для поражения часть тела, чтобы нанести в нее действительный удар-укол. Выигрыш времени атакующим достигается при этом за счет противохода клинков, возникающего от того, что действительный удар начинается в то время, когда еще не закончилось обычно противоположно направленное защитное движение оружия обороняющегося, вызванное обманом, что в сочетании с возникшей приближенностью в этот момент делает истинную попытку колоть или рубить почти неотразимой. Обман должен выполняться внезапно, так как иначе противник сумеет в контратаке нанести укол или рубящий удар в руку в момент выполнения обмана.

Обман уколом совершается примерно так же, как и в фехтовании на рапирах, но вооруженная рука во время ее выпрямления поворачивается ладонью вниз или вниз-вправо. Обман ударом представляет собой замах и начало самого удара по открытой части тела противника.

Все обманы обычно выполняются в сближении; рука в атаке с обманом со средней дистанции, совершая обман и удар-укол, выпрямляется непрерывно и с нарастающей быстротой. Начало выпада, совпадающее с выполнением обмана, делается умышленно заметным, чтобы сделать угрозу нанесения удара-укола противнику более наглядной и тем вернее вызвать у него желаемую атакующим защитную реакцию. В атаках с дальней дистанции, выполняемых с шагом вперед и выпадом, обманы обыкновенно делаются после шага вперед и, как уже было оказано, в начале выпада. Обманы ударом по руке могут быть эффективны и при выполнении их с дальней дистанции одновременно с шагом вперед. Обманы с шагом вперед ударами по голове и туловищу допустимы лишь в боях с нервными и не обладающими выдержкой, противниками. Не исключена целесообразность выполнения обмана в начале шага вперед в атаке с внезапно возникшей средней дистанции на глубоко и быстро отступающего противника.

В атаках с дальней дистанции, выполняемых броском, обман и удар-укол следует производить в первом шаге до постановки на пол левой ноги. Обман в атаке броском можно выполнять как в начале первого шага, так и уже значительно продвинувшись в нем, т. е. примерно в середине шага. Момент выполнения обмана в атаке броском зависит от исходной дистанции, поведения противника и его состояния и подчиняется описанным выше положениям. Рука при обманах с дальней дистанции выпрямляется полностью.

Удары (уколы) после обмана следует выполнять немедленно, т. е. в начальные моменты защитного движения противника, вызванного обманом. Т. е. поражать ударом (уколом) следует не уже вполне открывшееся место, а лишь открывающееся. Соблюдение этого момента обеспечивает наибольшее опаздывание защитного движения. Разные задачи движения оружием в обмане и в истинной рубке приводят к разнохарактерности в выполнении этих приемов. Обманное движение должно быть наглядным, заметным для противника с тем, чтобы вызвать защитную реакцию, а движение истинной попытки рубить или колоть должно быть как можно менее заметным, чтобы не вызвать своевременной защиты. Ввиду этого обманные движения можно делать немного шире нормы, слегка замедленно, а иногда с обозначением наклона корпуса в соответствующую обману сторону, в то время как движение истинной попытки рубить или колоть нужно всегда выполнять как можно уже и быстрее. Новым в технике нанесения рубящего удара после обмана является выполнение удара из положения почти выпрямленной руки, вследствие чего отводящее движение в плечевом суставе вперед при таком ударе исчезает. Совершая замах после обмана, вооруженная рука не должна сгибаться в локтевом суставе. Осью всех движений становится почти исключительно кисть. Нужное направление лезвия при совершении ударов после обманов обеспечивается супинирующими (кнаружи) или про-нирующими (внутри) поворотами кисти и всей руки. Гарда при этом все время остается впереди и почти на месте, если не считать ее продвижения вперед, вызываемого выпадом.

Момент выполнения обмана наиболее выгоден для совершения противником контратакующего удара по руке. Поэтому, чтобы затруднить такую контратаку на руку, возможны, в зависимости от ситуации боя, изменения в технике выполнения обманных ударов или уколов. Эти изменения выражаются в уменьшенном выпрямлении вперед руки и в небольшом выносе гарды в ту сторону, откуда грозит наибольшая опасность контратакующего удара.

Атак с обманами очень много, но все они могут быть обобщены в несколько групп:

- 1) обманы внутрь — удары кнаружи;
- 2) обманы кнаружи — удары внутрь;
- 3) обманы кнаружи или внутрь — удары сверху;
- 4) обманы вверх — удары вниз;
- 5) обманы вниз — удары вверх;
- 6) обманы вверх — удары вверх;
- 7) обманы вниз — удары вниз.

Не имеет значения, чем, допустим, вызывается четвертая защита — обманным ударом по левому боку, ударом по руке изнутри или уколом в живот. Важно то, что все названные обманы вызывают противника на одно и то же реагирование движением четвертой защиты. Поэтому тактически все эти обманы тождественны. Вследствие этого фехтовальщики в боях на саблях пользуются значительно меньшим числом атак с обманами, чем их

существует по теоретическим подсчетам. Наиболее употребительны следующие атаки с обманами:

- 1) при низком положении оружия у противника или в моменты его опускания:
 - обман на голову или на руку сверху — удар по правому боку, по левому боку, по руке снаружи, укол;
 - обман на правую щеку — удар по левому боку, удар с переносом по голове и по руке сверху, укол с переводом;
- 2) при высоком держании оружия противником или в моменты его поднимания:
 - обман на правый бок или на руку снаружи и на реагирование противника движением третьей защиты — удары с переносом по голове, по левому боку, удар с переносом по руке, укол переводом;
 - обман на левый бок — удар по голове, по правой щеке, по левой щеке, по правому боку, по руке снаружи (удары производятся переносом или переводом, в зависимости от того, первой или четвертой защитой реагирует противник на обман);
 - обман уколом в туловище — удар по руке снаружи или сверху, по правому боку, по правой щеке, по голове (удары наносятся переводом или переносом, в зависимости от того, четвертой, второй или первой защитой реагирует противник на обман).

В ряде случаев в фехтовальном бою на саблях применяются атаки с обманами, в которых обман и последующий удар направляются в одно и то же место. Например, обман на голову — удар по голове; обман на левый бок — удар по левому боку, обман на правый бок — удар по правому боку и т. д. Эффективность этих атак обусловлена привычным ожиданием обороняющимся противником действительного удара в противоположном обману направлении, вследствие чего он, не доведя до конца защиту против обмана, спешит заранее послать свое оружие на закрытие той части тела, куда атакующий, по его мнению, должен направить свое оружие для действительного удара (укола). Этими атаками особенно выгодно пользоваться против фехтовальщиков, строящих свою оборону на сложных защитах с ответами.

Атаки с обманами могут содержать одно, два, а иногда и большее число обманных движений оружием. Атаки с несколькими обманами обычно применяются против быстро и глубоко отходящих противников, применяющих при этом не контратаки, а сложные защиты. В атаках с одним только выпадом и двумя обманами первый обман выполняется в начале выпада, второй обман — в середине, а действительный удар совершается в конце выпада. В атаках с шагом вперед и выпадом первый обман может выполняться как в начале шага, середине, так и в конце его, а второй обман — в начале выпада.

Обманы применяются и в контратаках, преимущественно против ложных атак, вызывающих контрдействия.

Наиболее употребительны следующие контратаки с обманами:

- 1) обман ударом в темп по руке снаружи — удар по голове переносом, укол переводом;
- 2) обман останавливающим укол — удар по руке снаружи переводом;
- 3) обман ударом по голове — удар по правому боку, левому боку или укол переводом.

Обманы при этом направляются в те части тела противника, которые наиболее открыты или открываются им для вызова на контратаку.

Атаки с выдержкой

Эти атаки являются разновидностью атак с обманами. Атака с выдержкой состоит в том, что атакующий умышленно замедляет или останавливает на короткий момент свое продвижение вперед, сохраняя угрожающее, но не конкретно какому-нибудь месту, положение оружия с тем, чтобы заставить противника, стоящего в определенной позиции и ожидающего действительного удара (укола) в открытую часть тела, пойти на ее закрытие. Удар (укол) после задержки в атаке наносится в открывающуюся в результате защитного движения противника часть тела. В атаке с выдержкой рука оказывается менее уязвимой для удара в контратаке, чем во время обмана, но зато защитное движение противника бывает менее полным. Для начала атаки с выдержкой наиболее выгоден момент, когда противник принимает позицию, определенно закрывающую какую-либо часть его тела.

Наиболее употребительны следующие атаки с выдержкой:

- 1) на противника, держащего третью позицию, — шаг вперед, в боевой позиции, выдержка, и на четвертую или пятую защиту — удар по руке снаружи или по правому боку;
- 2) на противника, держащего пятую позицию, — шаг вперед в боевой позиции, выдержка, и на движение оружия противника вниз в третью, во вторую или четвертую защиту — удар по голове или по плечу сверху;
- 3) на противника, держащего оружие опущенным вниз, — шаг вперед в боевой позиции, выдержка, и на движение оружия противника вверх в пятую защиту — удар по руке снаружи, по правому или левому боку.

Выдержка в атаке может быть рассчитана и на два защитных движения противника: на закрытие открытого места и обратное движение. В этом случае выдержку следует делать настолько продолжительной, чтобы противник, закрыв открытое место и поняв ненужность этого движения, снова вернулся на закрытие прежнего места.

Кроме атак с обманами, т. е. со специальными обманывающими движениями, имеются атаки, в которых противника может обмануть слегка подчеркнутое начальное движение действительного удара. Это бывает при ударах, в которых начальное движение переноса имеет сходство с началом удара по голове, а именно: удар по левому боку с переносом клинка противника, находящегося в третьей позиции, и удар по правой стороне поражаемого пространства с переносом клинка противника, находящегося в четвертой позиции. Начальные движения этих ударов, вызвав защитное движение противника оружием вверх, облегчают нанесение удара по задуманному месту.

Атаки с действием на оружие

Атаки с действием на оружие в фехтовальном бою на саблях осуществляются, так же как и в бою на рапирах, путем применения ударов (батманов) по оружию противника, захватов его оружия, толчков, нажимов и атак со скольжением оружия вдоль оружия противника. Боевой смысл всех этих приемов по существу ничем не отличается от такового при фехтовании на рапирах.

Одной из конкретных специально сабельных задач батмана является стремление атакующего поколебать оружие противника с тем, чтобы лишить его точности и своевременности в попытке ударить по руке в темп. Техника батманов по форме и характеру движения похожа на технику ударов по противнику. Батман — инициативное действие и поэтому иногда называется атакой на оружие. При батмане саблист производит удар средней или слабой частью своего клинка по слабой и реже средней части клинка противника, скрещивая их и продвигая все оружие вперед. В конечном положении батмана лезвие клинка обращено к клинку противника, а гарда оказывается впереди ниже плечевого сустава и немного смещенной в направлении совершенного батмана, рука почти выпрямлена, короче говоря, конечное положение батмана представляет собой положение устремленной вперед соответствующей позиции. Как правило, действительные батманы производятся с замахом и с большей силой, нежели удары по противнику.

Удары по оружию можно совершать в разных направлениях: вправо, влево, вниз и в смешанных направлениях. Батман завершается четкой произвольной остановкой оружия наподобие таковой при выполнении защит с тем, чтобы иметь возможность, не теряя времени, переходить к выполнению удара-укола.

Название удара (батмана) по оружию зависит от того, в каком соединении в момент соприкосновения клинков окажется оружие фехтовальщика, совершающего удар (например, удар по оружию в третье соединение, удар по оружию во второе соединение и т. п.). По форме движения сабли удары (батманы), подобно защитам, делятся на прямые, полукруговые и круговые (контрбатманы). В зависимости от характера соприкосновения с оружием противника удары (батманы) могут быть чисто ударными и скользящими. По тактическому признаку различают действительные и ложные удары (батманы).

Атаки с ударами по оружию (батманами)

Эти атаки выполняются, как правило, с дальней дистанции. Теоретически их очень много, так как в каждое соединение удар (батман) может производиться из различных позиций и соединений. Кроме того, каждый удар (батман) может быть ударным или скользящим, ложным или действительным.

В атаках с ударами (батманами) действие оружием сочетается с движениями ног и туловища фехтовальщика, так же как и в бою на рапирах. Ложные удары (батманы) по форме движения клинка не отличаются от действительных, но выполняются с меньшим замахом и, следовательно, менее сильно.

Наиболее употребительны следующие атаки с ударами (батманами) по оружию противника.

Атаки с ударами (батманами) по оружию противника, держащего оружие в третьей позиции или близких к ней положениях:

- удар (батман) обухом в четвертое соединение — удар по правой щеке, по правому плечу, укол (удар по оружию начинается с замаха, в котором оружие атакующего отводится вправо лезвием кнаружи до положения клинка острием немного правее плеча, при нанесении удара сабля перемещается влево обухом вперед в результате движения в лучезапястном суставе и небольшого сгибания руки в локтевом суставе);
- ложный удар (батман) обухом в четвертое соединение — удар переводом или переносом по правой щеке, по правому боку, по руке снаружи;
- удар (батман) лезвием в четвертое соединение — удар по плечу, по правой щеке, по голове, по левому боку, по кисти сверху (движение начинается с замаха, в котором оружие отводится косо на себя и вправо лезвием вперед-влево; при нанесении удара по оружию противника сабля перемещается влево-вперед в результате неполного выпрямления руки до положения устремленной вперед четвертой позиции; если противник держит клинок низко, удар выполняется движением оружия почти отвесно вниз);
- ложный проходящий удар (батман) в четвертое соединение — удар с переносом по голове, по правой щеке, по руке снаружи, по правому боку, укол переводом после обноса клинка противника сверху (удар по оружию и нанесение удара для поражения правой стороны тела противника совершаются непрерывным полукруговым движением оружия вверх—влево—вниз—вправо, в начале которого возникает скольжение клинка по клинку противника от средней к слабой части; воздействие на клинок противника должно быть легким и быстрым, похожим на задевание оружия при нанесении удара с большим замахом);
- удар (батман) в третье соединение — удар по руке снаружи, по правой щеке, по правому боку;
- ложный удар (батман) в третье соединение — удар переносом по голове, по руке сверху, по левому боку, укол переводом; движение оружия при нанесении удара (батмана) противнику такое же, как при рубке правой щеки, но с более низкой гардой, завершается ударом лезвием средней или слабой части клинка по слабой части клинка противника; если противник держит клинок низко, по нему производится скользящий удар в наклонной плоскости вниз-вправо; скользящий удар по оружию осуществляется в результате наклонного перемещения клинка по дуге острием вперед-вправо и немного вниз, при этом клинок атакующего соприкасается лезвием средней части со слабой частью клинка противника и скользит по нему по направлению к гарде; скользящий удар по оружию в третье соединение мощнее чисто ударного, лучше открывает правую сторону противника и поэтому предпочтительнее при следующих ударах прямо;
- ложный проходящий удар (батман) в третье соединение — удар переносом по левому боку или по левой

щеке (удар по оружию и нанесение удара противнику совершаются непрерывным полукруговым движением оружия вверх—вправо—вниз—влево, в начале которого возникает скольжение клинка по клинку противника от средней к слабой части; воздействие на клинок противника должно быть легким и быстрым, похожим на задевание оружия во время замаха для рубки).

Атаки с ударами (батманами) по оружию противника, держащего оружие во второй позиции или близких к ней положениях:

- удар (батман) во второе соединение — удар по руке снаружи, по правому боку, укол прямо;
- ложный удар (батман) во второе соединение — удар по правой щеке, удар переносом по голове или по левому боку (движение начинается с замаха клинком назад-влево и продолжается в направлении оружия противника, как при рубке правого бока, до положения устремленной вперед второй позиции; удар по оружию производится лезвием средней или слабой части клинка по слабой части клинка противника; скользящий удар по оружию во второе соединение осуществляется в результате косого перемещения клинка энергично выпрямляющейся рукой вперед—вправо-вверх, при этом лезвие средней части клинка атакующего соприкасается вначале со слабой частью клинка противника у острия и затем скользит по нему до его средней части);
- проходящий удар (батман) в первое соединение — удар по голове, по руке сверху, по левой щеке, по левому боку (батман начинается с движения, как при выполнении первой защиты от укола; оружие, коснувшись средней или слабой части клинка противника, скользит по нему по направлению к острию, перемещаясь влево-назад, затем, не прекращая движение клинка, переходит в круговой завершающий удар по наиболее открытой части тела противника).

Атаки с захватами оружия

Атаки с захватами оружия противника в бою на саблях применяются реже, чем атаки с ударами (батманами). Объясняется это тем, что захват требует некоторой выдержки при отведении оружия противника, в течение которой противник может успеть нанести атакующему удар в контратаке. Однако захваты выгоднее ударов (батманов) в атаках второго намерения и на быстро и глубоко отступающих противников.

Техника выполнения захватов оружия противника при фехтовании на саблях в общем сходна с техникой выполнения захватов при фехтовании на рапирах. Действительные захваты осуществляются в результате противопоставления сильной части клинка слабой части клинка противника и последующего отведения оружия противника за контуры своего поражаемого пространства приходом своего оружия в положение устремленных вперед соответствующих позиций. Поднесение сильной части клинка лезвием к клинку противника и отведение клинка противника в сторону совершаются движением всей руки с ведущей ролью плечевого сустава. Ложные захваты отличаются от действительных необязательным противопоставлением сильной части клинка оружию противника, неполным выведением оружия противника за пределы поражаемого пространства и немного меньшей длительностью держания оружия противника в захвате.

Наиболее употребительны следующие атаки с захватами оружия противника:

- захват в третье соединение — удар по руке снаружи, по голове, укол прямо в грудь или в голову (маску);
- ложный захват в третье соединение — удар переносом по голове, по руке сверху, по левому боку, укол переводом.

Атаки с действительными и ложными захватами в четвертое соединение можно завершать теми же ударами, что и атаки с действительными и ложными батманами в четвертое соединение. Почти не употребляются атаки с захватами оружия в первое, второе и пятое соединения, осуществимые лишь в тех случаях, когда противник держит оружие в положении показа укола или близких к нему положениях. В этих атаках выгодны удары по тем частям поражаемого пространства, которые указывались при описании атак с соответствующими батманами. После же захвата в пятое соединение можно рубить правый бок, левый и голову.

Захваты оружия, так же как и батманы, применяются в повторных и ложных атаках. Захваты находят немалое применение в атаках второго намерения, вызывающих определенные удары в контратаке противника. Наиболее употребительны следующие из них:

- шаг вперед с захватом в четвертое соединение, третья защита от вызванной попытки противника ударить в темп по руке снаружи и ответ ударом по голове, правому или левому боку;
- шаг вперед с захватом в третье соединение, вторая защита от вызванного в контратаке укола с переводом и ответ по правой щеке или руке снаружи;
- шаг вперед с захватом в третье соединение, пятая защита от вызванного в контратаке удара по голове и ответ по правому боку, левому или голове.

Остальные приемы — действия на оружие противника — толчки, нажимы и скольжения — находят редкое применение в сабельном бою, и выполнение их аналогично в общем рапирно-му, и поэтому в особом описании их здесь нет необходимости.

Комбинированные атаки

В бою на саблях комбинированные атаки нередко применяются мастерами. Основная техническая трудность при выполнении их заключается в том, что в отрезок времени, в течение которого длится атака с дальней дистанции, фехтовальщик должен совершить три действия оружием. Движения ног, туловища и вооруженной руки при этом сочетаются так же, как при выполнении комбинированных атак в бою на рапирах. Действия на оружие в комбинированных атаках применяются, как правило, ложные, вследствие чего последующие обманы выполняются

с переносами и переводами.

Наиболее употребительны следующие комбинированные атаки с одним обманом на противника, держащего оружие в третьей позиции или близких к ней положениях:

- ложный батман или захват в третье соединение, обманы с переносами на левый бок, на голову или уколом переводом — удар по голове или любой части поражаемого пространства по внешней линии;
- ложный батман или захват в четвертое соединение, обманы с переводами или переносами на правую щеку, на голову, на правый бок или на руку снаружи — удары по любой части поражаемого пространства по внутренней линии и голове.

СЛОЖНЫЕ ЗАЩИТЫ

Сложные защиты в фехтовании на саблях применяются для отражения атак с обманами. Сложная защита представляет собой одно или несколько защитных движений, выполняемых обыкновенно в зависимости от числа обманов и завершающихся действительной защитой, отражающей действительный удар (укол).

В технике выполнения сложных защит для отражения ожидаемой атаки с обманами и для отражения неожиданной атаки с обманами имеются различия. В последнем случае все защитные движения от обманов делаются полными, как для отражения действительного удара, и в лучшем случае почти полными. В первом случае защитные движения на обманы могут быть умышленно далеко неполными, а иногда лишь обозначаемыми, чтобы в дальнейшем успеть вернуть оружие для отражения действительного удара и в то же время обезопасить себя «на всякий случай» в направлении ложной угрозы. Кроме того, такие защитные движения на обман могут выполняться с тем, чтобы вызвать противника на завершение задуманной им атаки с обманом, попытка рубить или колоть в которой вследствие того, что она ожидалась, без труда парируется защитой с ответом. Для фехтования на саблях характерно в сложных защитах разнообразное сочетание прямых защит: четвертой, третьей и пятой. Сложные безотносительные защиты почти не применяются в бою на саблях ввиду их чрезмерной ненадежности при широте поражаемого пространства в сабельном фехтовании.

СЛОЖНЫЕ ОТВЕТЫ

Сложные ответы — это ответы с применением обманов. Они особенно эффективны вследствие своей неожиданности и близкой дистанции между фехтующими. Необходимость обманов в ответе возникает тогда, когда атакующий после неудачной своей атаки мгновенно закрывается оружием от предполагаемого (обычно прямого) ответа противника. В таких случаях защитившемуся следует наносить удар или укол переносом или переводом в место, открывающееся в результате защитной страховки от ответа, или произвести обманное движение оружием в эту часть тела атакующего и нанести ему удар (укол) в другое место.

Обман в ответе применяется и после защиты, взятой в глубоком отступлении, в результате чего возникает средняя или даже длинная дистанция. Ответ с обманом в этом случае совершается в выпаде. Рука во время обмана выпрямляется отчасти или полностью, в зависимости от возникающей дистанции.

Ответ с обманом в бою на саблях очень часто переходит в развитую ответную атаку с обманом, выполняемую с шагом вперед и выпадом и даже броском. Это может произойти в тех случаях, когда защита отражает ложный удар или укол в короткой атаке противника и в атаках второго намерения, вызвавших контратаку в виде попытки рубить руку в темп в быстром и глубоком отступлении. Длительное настигание противника в этом случае может нуждаться в двух и более обманах.

Наиболее употребительны следующие ответы с обманами:

- пятая защита, обман на левый бок, удар с переносом по плечу снаружи;
- пятая защита, обман на правый бок, удар по голове или левому боку переносом. Третья защита, обман на левый бок с переносом, удар по голове или наружной стороне поражаемого пространства переносом;
- третья защита, обман уколом переводом, удар по руке снаружи переводом;
- четвертая защита, обман на левый бок, удар по голове или наружной стороне поражаемого пространства с переносом;
- четвертая защита, обман на правый бок с переносом, удар по голове или левому боку переносом.

Глава VI. ФЕХТОВАНИЕ НА ШПАГАХ

Фехтование на шпагах отличается от фехтования на рапирах и саблях большей приближенностью к условиям дуэльного боя. Это отражается в том, что в фехтовальном бою на шпагах разрешается колоть противника в любую часть его тела, кроме затылка и шеи сзади (рис. 157), а при одновременных уколах поражение засчитывается обоим фехтующим независимо от того, кто из них был виновником этой одновременности. Сама же шпага более массивна, чем рапира.

Шпажный бой, как правило, ведется в большом отдалении противников друг от друга. Фехтовальщики в нем стремятся прежде всего поразить противника в ближнюю часть его тела, т. е. в вооруженную руку, что осуществляется в почти непрерывных мелких и точных движениях оружием, сопровождаемых легким маневрированием. Однако эта тонкая игра оружием вокруг руки противника время от времени переходит в длинные атаки с захватами и последующими попытками колоть в туловище или в ногу, в результате которых нередко возникает ближний бой, полный самых неожиданных положений, заканчивающихся уколами в самые различные части тела. Характерно широкое применение укола с оппозицией.

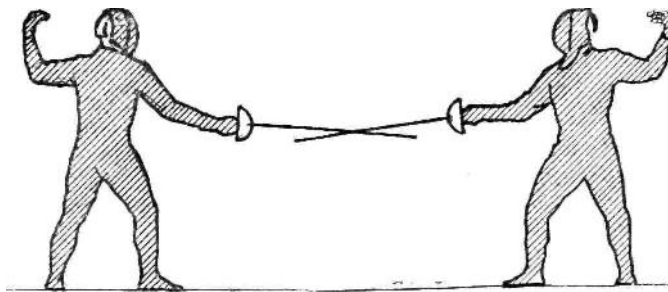


Рис. 157. Поражаемое пространство шпажиста

Типичным для шпажного боя является изобилие в нем контратак, противодействующих им атак второго намерения и повторных — уколов, обусловленное правилами боя на шпагах, исключающими фактор тактической правоты.

Тактика шпажного боя сводится в основном к исканию и подготовке фехтовальщиком такого момента, когда он первым сможет послать наикратчайшим путем шпагу вперед и поразить противника в наиболее близко расположенную часть тела уколом с оппозицией. Существенным преимуществом шпажного фехтования перед другими видами фехтования является то, что спортсмен здесь в предельной степени освобожден от судейских решений, основанных лишь на субъективных впечатлениях. Может быть, именно этому преимуществу шпажное фехтование обязано своей большой распространенностью как у нас в Советском Союзе, так и за рубежом.

К фехтованию на шпагах допускаются мужчины и юноши старшего возраста. Шпажный бой проводится на поле боя (дорожке) длиной 24 м и шириной 1,8—2 м (см. рис. 107). Бои проводятся на один, три или пять уколов. Чистое время боя на один укол — 3 мин., на три и пять уколов — по 6 мин.

Большая общность фехтования на рапирах со шпажным фехтованием позволяет часто ссылаться в аналогичных моментах на написанное по поводу рапирного фехтования. Это обстоятельство значительно сократило главу о фехтовании на шпагах, но обязывает читателя приступить к ней только после полного освоения материала четвертой главы.

Ниже будут описаны специальные приемы фехтования и действия, которые находят широкое применение в боях шпажистов. Кроме этих приемов, специфичных для шпажного фехтования, шпажисты нередко пользуются приемами, характерными для фехтования на рапирах. Это особенно ясно выражено у фехтовальщиков, совмещающих занятия фехтованием на рапирах с фехтованием на шпагах, а также у шпажистов, которые к фехтованию на шпагах пришли от фехтования на рапирах. Рапирный характер ведения отдельного боя не является недостатком, если наряду с ним шпажист может фехтовать, используя специфично шпажную технику и тактику. Более того, это становится достоинством, богатством шпажиста, дающим ему возможность наилучшим образом использовать особенности противника в целях победы над ним.

Поэтому желательно овладение в юношеском возрасте основами рапирного фехтования, как фундаментом для будущих занятий фехтованием на шпагах.

ШПАГА И ЕЕ ДЕРЖАНИЕ

Шпага (рис. 158) — оружие только колющее. Общий вес шпаги должен быть не более 700 г, общая длина — не более 1100 мм. Клинок шпаги массивнее рапирного, имеет трехгранное сечение и доли на каждой стороне клинка; ширина сторонне более 24 мм. Длина клинка от наконечника до выпуклой поверхности гарды — не более 900 мм, стрелка прогиба — не более 10 мм. Рукоятка может быть любой конструкции (простая, с поперечником, пистолетная), длина ее — не более 235 мм. Чаще всего пользуются шпагами с простой рукояткой.

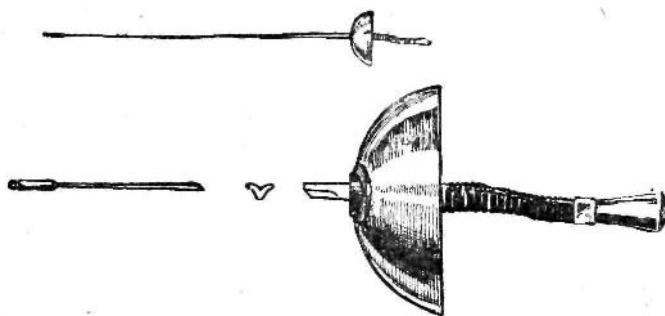


Рис. 158. Шпага

Разрешается пользоваться специальными скобами, вделанными в рукоятку, или ремненными петлями (мартингалами). Гарда шпаги больше, чем рапирная, и не симметрична в целях лучшего закрытия кисти. Отверстие в гарде, через которое проходит хвост клинка, может быть смещено от ее центра не более чем на 35 мм. Такое смещение называется эксцентриситетом. Глубина гарды — от 30 до 55 мм, диаметр ее — не более 135 мм. Поверхность гарды должна быть гладкой и не блестящей, края гарды не должны быть загнуты. Шпаги

приспособлены для пользования аппаратом — электрофиксатором (см. рис. 56), который посредством электрозамыкания, возникающего при уколе в контактный наконечник шпаги, автоматически отмечает факт укола звонком и зажиганием лампочки, соответствующей пораженному фехтовальщику. Аппарат может фиксировать уколы и сразу обоим фехтовальщикам, если между нанесением уколов проходит не более 1/20—1/25 сек. Оценка уколов при наличии электрофиксатора производится только на основании его показаний.

Достаточность крайне небольшого опережения своим уколом укола противника (не менее 1/25 сек.) для того, чтобы укол последнего уже не засчитывался, как не фиксированный аппаратом, развивает у шпажистов весьма острую и тонкую оценку боевых ситуаций в плане возможного опережения и одновременного, по показанию электрофиксатора, нанесения уколов.

Способ держания шпаги в первую очередь обусловлен системой рукоятки, но во всех случаях рукоятка держится легко, без излишнего напряжения, и лишь в моменты действия шпагой сжимается пальцами более сильно и прижимается к ладони. Шпаги с простой рукояткой (рис. 159) и с пистолетной следует держать так же, как и рапиры с этими рукоятками. Шпаги с рукояткой с перекладиной почти не применяются.

Шпага с простой рукояткой предпочтительнее других, так как эта рукоятка позволяет фехтовальщику наилучшим образом управлять шпагой в условиях резкой перемены дистанции, характерной для шпажного боя, и в частности в моменты ближнего боя и так называемого кор-а-кор. Кроме того, простая рукоятка позволяет перехватывать ее за конец, что может дать некоторое преимущество в определенные моменты шпажного боя. Однако не следует увлекаться перехватыванием рукоятки, так как это бывает выгодно лишь при нанесении одиночных уколов и не годится в завязках и сложных действиях нападения и защиты.

Основным способом держания шпаги с простой рукояткой является тот же способ, что и при держании рапиры (см. гл. IV), но большой палец может отстоять от гарды на расстоянии примерно 2 см.

Возможные ошибки при держании шпаги: 1) постоянное размещение кисти на конце рукоятки, т. е. в чрезмерном отдалении от гарды; 2) выпрямление указательного пальца вдоль наружной стороны рукоятки.

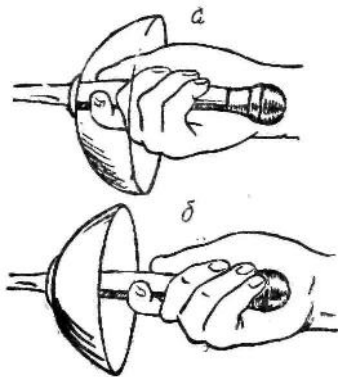


Рис. 159. Держание шпаги;
а — нормальное; б — удлиняющее
шпагу

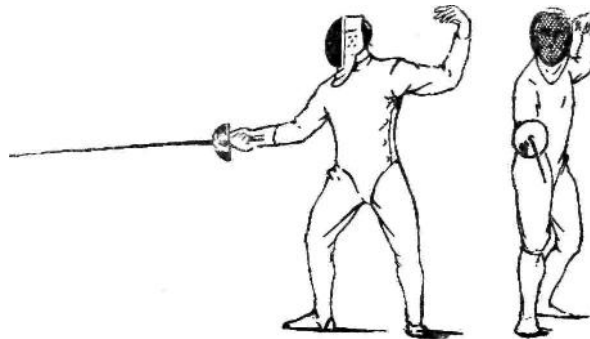


Рис. 160. Боевая стойка

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИВЕТСТВИЕ

Стойка «смирно» и положение «вольно», исходное положение и приветствие со шпагой выполняются так же, как и с рапирой (см. стр. 102).

БОЕВАЯ СТОЙКА И ПЕРЕДВИЖЕНИЯ В НЕЙ

Ноги в боевой стойке шпажиста (рис. 160) расставлены более узко, чем у рапириста, и менее согнуты в коленях и тазобедренных суставах. Такое положение ног выгодно тем, что оно позволяет без особых усилий совершать широкие передвижения и, кроме того, отдаляет вперед стоящую ногу от острия шпаги противника. Туловище держится слегка наклонно вперед, а невооруженная рука поднята вверх, как в боевой стойке рапириста. Вооруженная рука выставлена вперед и слегка согнута, при этом ее предплечье сильно супинировано и находится в прямой линии, проходящей от своего локтя к основанию клинка шпаги противника. Обычно это бывает горизонтальное положение. Такое положение предплечья делает его наименее уязвимым для уколов противника. Острие шпаги направлено вперед и слегка влево-вниз к кисти противника и находится обычно ниже нее (примерно на уровне нижнего края гарды противника). Это положение следует считать типовыми для боевой стойки шпажиста.

Некоторые шпажисты держат оружие горизонтально, другие держат конец шпаги немного поднятым вверх и отведенным влево, наподобие устремленной вперед боевой рапирной позиции, но с горизонтальным положением предплечья. Часты случаи, когда шпажисты в боевой стойке имеют оружие в постоянном холостом движении с относительно неподвижной гардой и предплечьем.

Передвижения в боевой стойке, как приемы сближения с противником и удаления от него, выполняются во время фехтовального боя на шпагах так же, как и в фехтовании на саблях. Однако выпады в шпажном фехтовании отличаются некоторой специфичной вариативностью в отношении длины самого выпада и наклона туловища

вперед. Вариативность длины выпада вызывается необходимостью поражать как выдвинутые вперед части тела противника (вооруженную руку, правую ноту), так и его отдаленные части (туловище и голову). Вариативность наклонов туловища вперед при выпаде обусловлена применением уколов вниз, в ноту, при выполнении которых выгодно туловище наклонять вперед больше, чем при уколах в руку, голову и туловище. При совершении выпадов малой и средней длины таз не опускается так низко, как при длинном выпаде, а туловище несколько наклоняется вперед в сторону противника.

Техника длинного выпада (к которому шпажисты довольно часто прибегают при повторных атаках) остается такой же, как и в фехтовании на рапирах.

Возвращение с выпада назад и вперед в боевую стойку у шпажиста не отличается по движению ног и туловища от фехтующего рапирой, только у первого эти движения предшествуют обычно сгибанию вооруженной руки.

ПОЗИЦИИ И СОЕДИНЕНИЯ

Позиции и соединения, применяемые в фехтовании на шпагах, имеют ту же нумерацию, что и на рапирах, но отличаются от последних: 1) большей устремленностью оружия вперед, что выражается в меньшем сгибе руки в локте и в меньших выносах оружия в стороны; 2) горизонтальными, как правило, положениями предплечья (рис 161 и 162).

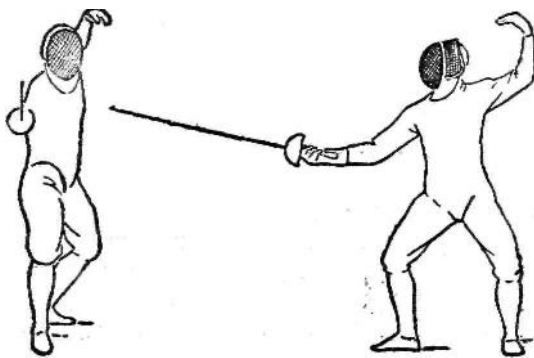


Рис. 161. Шестая позиция

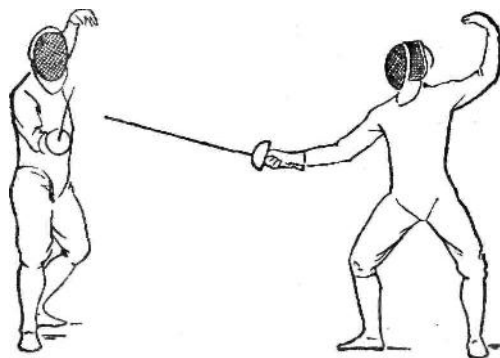


Рис. 162. Четвертая позиция

Кроме того, в шпашном фехтовании имеют место позиции с выпрямленной или почти выпрямленной вперед рукой, в которых кисть и предплечье прикрываются гардой с какой-нибудь определенной стороны, а острие неизменно угрожает кисти противника.

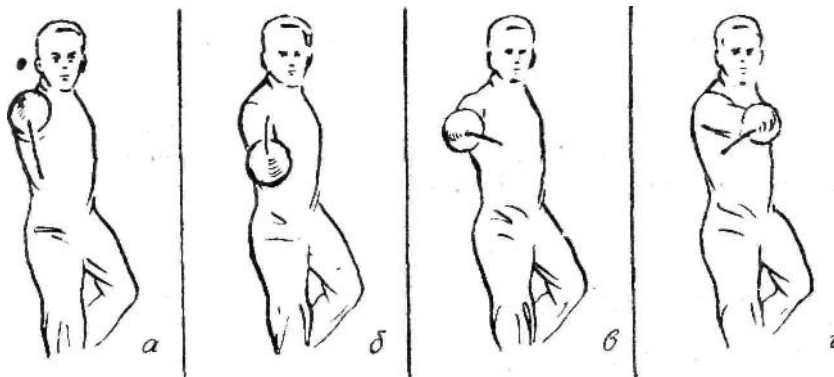


Рис. 163. Позиции с вытянутой рукой (длинные позиции):

а — верхняя; б — нижняя; в — правая; г — левая

Правая позиция (рис. 163, в) (соответствует шестой) закрывает гардой кисть и предплечье от укола снаружи. Выпрямленная вооруженная рука находится в горизонтальном положении. Кисть супинирована. Гарда выдвинута вправо и стоит внутренним краем против наружного края своего плеча (анатомического).

Острие — против плеча, вследствие чего между рукой и клинком образуется тупой угол, обращенный вершиной вправо.

Левая позиция (рис. 163, г) (соответствует четвертой) закрывает гардой кисть и предплечье от укола изнутри. Выпрямленная вооруженная рука находится тоже в горизонтальном положении. Кисть супинирована. Гарда выдвинута влево и стоит против левой границы своей груди.

Острие направлено к кисти противника, вследствие чего рука и шпага образуют тупой угол, обращенный вершиной влево.

Верхняя позиция (рис. 163, а) (соответствует девятой позиции) защищает гардой кисть и предплечье от укола сверху. Выпрямленная вооруженная рука немного поднята. Кисть супинирована и находится выше своего плеча примерно на диаметр гарды. Острие — против плеча, вследствие чего рука и шпага образуют тупой угол,

обращенный вершиной вверх.

Нижняя позиция (рис. 163, б) (соответствует второй) защищает гардой кисть и предплечье от укола снизу. Выпрямленная вооруженная рука немного опущена. Кисть пронирована и находится ниже плеча примерно на диаметр гарды. Острие на уровне плеча и против него, вследствие чего рука и шпага образуют тупой угол, обращенный вершиной вниз.

УКОЛЫ

Уколы в фехтовании на шпагах выполняются, подобно уколам рапирой, движением оружия на цель вдоль продольной оси клинка. Отличительной чертой укола шпагой является менее глубокий посыл оружия на поражаемую поверхность тела противника, нежели при уколе саблей. Обусловлено это тем, что действительность укола саблей определяется условной глубиной утыкания, которая внешне проявляется во вмятине на костюме и выгибании сабли. Шпажист же не заботится о зрительной убедительности укола, так как действительность его укола определяется не на основании зрительного восприятия судьи, а автоматически, аппаратом. Необходим лишь мгновенный нажим на «утопатель» наконечника с силой, превышающей 700 г. Именно в связи с этим обстоятельством шпажист должен колоть не глубоко, а, почувствовав утыкание шпаги, мгновенно прекращать движение ее вперед.

Уколы в вооруженную руку

Вооруженная рука, как наиболее выдвинутая вперед (в сторону противника) часть тела, чаще всего подвергается попыткам противника колоть. Рука при нормальных боевых стойках шпажистов на обычной для боя дальней дистанции может поражаться в кисть и предплечье при помощи одного только выпада или даже шага вперед. Умение попадать в кисть противника, которая обычно находится в движении, требует исключительной точности управления острием шпаги и поэтому служит первым признаком шпажного мастерства. В зависимости от взаиморасположения шпаг и рук укол в руку можно производить в разные места: в кисть, предплечье по всей длине, плечо и при этом разными путями: прямо, переводом, переносом и с разных сторон. Наиболее применимы в бою уколы прямо в руку, так как, производя переводы и тем более переносы, атакующий вынужден открывать часть своей руки и тем самым создавать выгодные условия для опережения его противником в контратаке уколom прямо в руку.

Уколы прямо

Прямой («классический») укол в руку. Колоть руку противника можно, сохраняя в конечном моменте укола оружие и руку в одной прямой линии, что дает основание называть такой укол прямым. Прямой укол, именуемый в иностранной литературе классическим, по технике не отличается от укола рапирой. Он наиболее употребителен в шпажном бою вследствие быстроты и относительного закрытия руки гардой во время выполнения. Но он затруднителен тем, что поражать противника им возможно, лишь обладая большой точностью управления шпагой, и-то только в те короткие мгновения, когда противник по неосторожности отойдет гардой от положения боевой позиции, т. е. откроет свою руку. Прямой укол может выполняться как прямо, так и переводом и переносом.

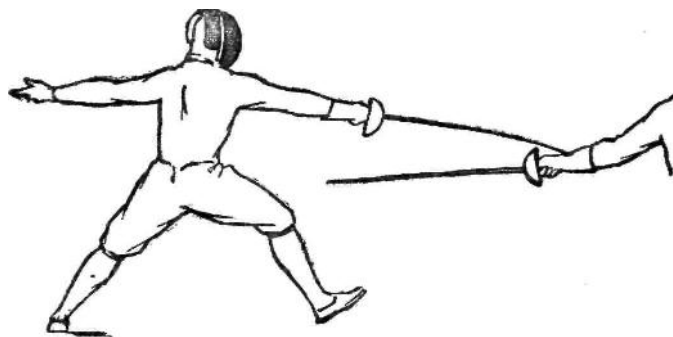


Рис. 164. Прямой укол в предплечье сверху

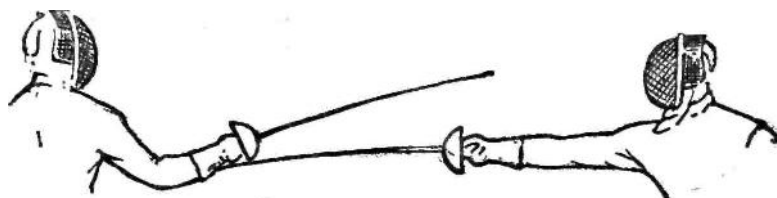


Рис. 165. Прямой укол в предплечье снизу

Однако прямой укол прямо в кисть и предплечье у кисти является идеальным приемом шпажного боя потому, что он из всех уколов самый быстрый и, кроме того, им можно пользоваться в наибольшей отдаленности от

противника. Применяется он в тех случаях, когда противник открывает руку, держа неправильную позицию или играя оружием. Рука может поражаться прямым уколом со всех сторон: сверху, снизу, снаружи, изнутри и в бесконечном количестве смешанных направлений, в зависимости от взаимоотношения позиций фехтующих. Позиция шпажиста с гардой, опущенной ниже нормы боевой позиции, позволяет его противнику наносить прямой укол в верхнюю сторону руки (рис. 164); позиция с поднятой гардой позволяет наносить прямой укол противнику в нижнюю сторону руки (рис. 165); позиция фехтующего с отведенной гардой снаружи дает возможность противнику поразить руку прямым уколом во внутреннюю сторону предплечья (рис. 166), и позиция с отведенной гардой внутри дает возможность нанести прямой укол в наружную сторону руки (рис. 167).

Уколы прямо со скольжением применяются при любом нейтральном соединении. Техника выполнения этого укола шпагой не отличается от техники аналогичного укола рапирой.



Рис. 166. Прямой укол в предплечье изнутри



Рис. 167. Прямой укол в предплечье снаружи

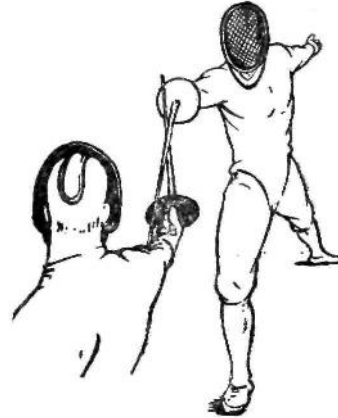


Рис. 169. Укол в руку с оппозицией в шестое соединение

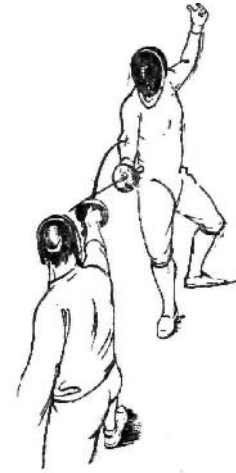


Рис. 168. Укол в руку с оппозицией в четвертое соединение

Уколы с закрытием (оппозицией) — характерный шпажный прием. Широкое применение его обусловлено правилами боя и накладывает особую печать на всю технику фехтования на шпагах. Им пользуются как в атаках, так и в ответах во избежание получения одновременного укола от противника. Укол с оппозицией может выполняться из соединения и вне его. Во всех случаях укол начинается с одновременным противопоставлением сильной части клинка атакующего слабой части клинка противника, для чего атакующему приходится, выпрямляя руку, отводить острие шпаги противника из угрожающего положения сильной частью своего клинка у самой гарды и, сохраняя оружие противника отведенным, наносить укол. Противнику, держащему шестую или третью позицию, укол с оппозицией наносится сверху с поднятой до слабой части клинка противника гардой и отведением конца шпаги противника влево (рис. 168) или вправо (рис. 169). Фехтовальщика, держащего шпагу в позициях с острием ниже гарды, выгодно колоть с оппозицией вниз и в руку снизу с опущенной до уровня слабой части его клинка гардой и отведением конца шпаги противника вправо или влево (рис. 170).



Рис. 170. Укол в руку снизу с оппозицией в восьмое соединение

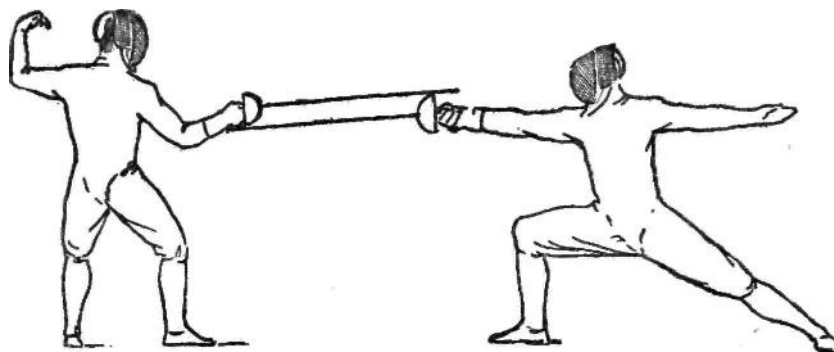


Рис. 171. Укол в предплечье с оппозицией гардой

Уколы с оппозицией гардой применяются преимущественно в атаках уколом в кисть или предплечье у кисти противника при угрожающем положении острия его оружия (рис. 171). Укол наносится с одновременным движением гарды к слабой части клинка противника и выведением гардой острия его шпаги из угрожающего положения для своей кисти.

Часто встречающейся ошибкой при изучении укола с оппозицией является чрезмерное выведение конца шпаги противника за пределы своего поражаемого пространства и неполное разгибание при этом руки в момент укола.

Уколы с углом. Так называется укол в кисть или предплечье с обходом края гарды противника посредством смещения атакующим своей кисти во время укола в сторону, противоположную движению острия шпаги к руке противника. Смещение своей гарды открывает атакующему доступ к руке противника как бы из-за угла, несмотря на правильность его боевой позиции. При этом между вытянутой рукой атакующего и его шпагой образуется угол с вершиной у кисти.

Укол с углом можно применять против любого противника, но особенно эффективен он против шпажиста, держащего руку в боевой позиции почти выпрямленной. Укол с углом следует выполнять неожиданно и с предельной быстротой, чтобы противник не успел своевременно контратаковать неизбежно открывающуюся при уколе с углом руку атакующего уколom прямо.

В атаках чаще пытаются колоть руку снаружи и снизу, а в контратаках — сверху.

Уколы с углом в руку снаружи совершаются с выносом гарды влево. Поражать уколom в этом случае выгоднее всего предплечье у кисти. При этом угол между шпагой и своей рукой должен быть примерно 160° , рука вытянута, ладонь обращена влево. К моменту прикосновения острия к руке противника вынос кисти влево должен быть уже завершен (рис. 172).

Уколы с углом в руку снизу применяются в тех случаях, когда противник держит руку высоко или почти вытянутой вперед. При этом уколе кисть колющего опускается, а острие шпаги поднимается. Как во всех уколах с углом, вынос кисти, в данном случае вниз, должен быть завершен не позже, чем состоится укол. При уколе вниз рекомендуется, и тем более на шпагах с простой рукояткой, руку поворачивать ладонью вниз (рис. 173).

Укол с углом в руку сверху выполняется с поднятой вверх гардой и опущенным острием. Употребляется он в тех случаях, когда противник держит руку невысоко и чрезмерно выпрямленной. Техника его не отличается от техники описанных выше уколов с углом. Кисть в конечном моменте укола при простой рукоятке должна быть супинированной (рис. 174), а при «пистолете» — обращенной ладонью влево.

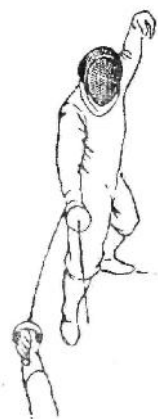


Рис. 172. Укол с углом в руку снаружи

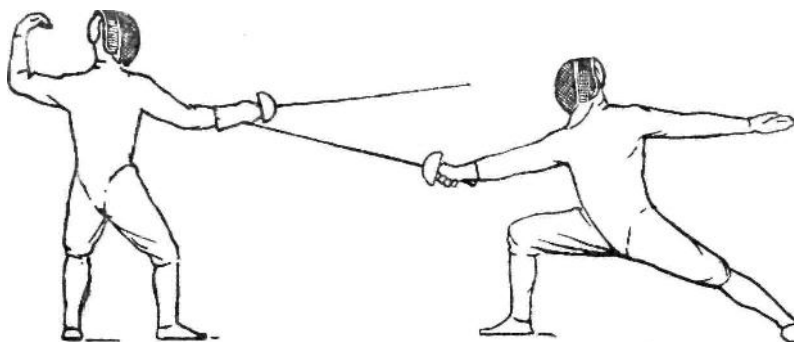


Рис. 173. Укол с углом в руку снизу

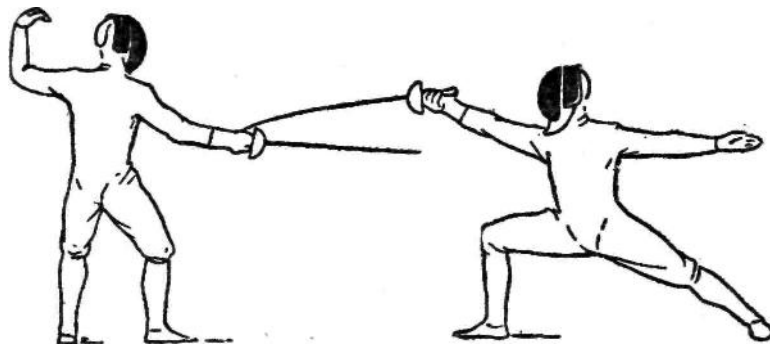


Рис. 174. Укол с углом в руку сверху



Рис. 175. Укол с углом в руку изнутри

Укол с углом в руку изнутри наиболее удобен. Совершается он в тех случаях, когда противник держит в бою руку вытянутой или слишком вынесенной наружу. Техника этого укола не отличается от предыдущих, только гарда при уколе выносится вправо (рис. 175), а кисть может пронироваться.

Разумеется, что колоть руку можно не только с указанных выше четырех сторон. В зависимости от положения руки противника часто бывает выгодным колоть полусбоку-полуснизу, полу-сверху-полусбоку и в прочих смешанных направлениях. Степень выдвижения гарды вверх, вниз или в стороны при уколах с углом в тех случаях, когда преследуется цель только нанесения укола, определяется положением руки противника и должна быть минимальной, т. е. достаточной лишь для того, чтобы укол совершился. Но выдвижение гарды в сторону при уколе с углом может изредка преследовать еще цель и избегания получения укола в руку как в атаке противника, так и в контратаке. В этом случае выдвижение гарды делается настолько широким, чтобы острие шпаги противника в атаке или контратаке не попало в кисть «ли предплечье колющего со специально утрированным углом».

Уколы забрасыванием культивируются как специальный прием только в фехтовании на шпагах. Заключается он в использовании пибкости клинка при нанесении укола в руку. Выполняется этот укол посредством колющего движения, приправленного рубящим движением клинка по гарде противника, в результате чего клинок, встретившись в хлестке с краем гарды, выгибается и утыкается острием в руку противника. Заброс шпагой по гарде в этом уколе отличается от удара саблей меньшим замахом и продвижением оружия вперед выпрямлением руки в момент прикосновения его к противнику. Забрасывание (удар) выполняется широкой стороной слабой части клинка не близко к острию, что обеспечивает достаточный изгиб клинка для укола закрытого гардой предплечья. Укол с забрасыванием может совершаться с любой стороны. Наиболее распространен этот укол сверху и в косом направлении снизу-слева-вверх-вправо.

Укол переводом в руку применяется в тех случаях, когда оружие противника не позволяет колоть его руку уколom прямо. Обычно это бывает в момент, когда противник пытается совершить захват, нажим или играет оружием посредством батманов. Перевод шпагой отличается от перевода рапирой более узким движением конца оружия, так как совершается обведением только клинка и гарды противника, а не его предплечья, которое обычно и является целью укола. Кроме того, шпажист совершая переводы, не избегает прикосновения своим клинком к гарде противника, поскольку факт «взятия оружия» не дает никаких преимуществ фехтующим на шпагах. Поэтому при переводах, направленных на плечо или дальнюю часть предплечья, шпага атакующего, выйдя на цель, может пристать к краю гарды и, скользя по ней, уже направляться на укол. Это делается с двумя целями: во-первых, сделать перевод менее заметным и, во-вторых, получить добавочный шанс на успех, имея возможность задеть острием рукав противника по пути оружия к намеченному для укола месту.

Уколы переводом обыкновенно выполняются с оппозицией, которая должна обезопасить совершающего перевод от встречного укола прямо. Все движение совершается продвигающейся вперед шпагой, в начале которого обводится клинок противника снизу или сверху, в зависимости от взаиморасположения оружия фехтующих. В результате обведения клинка, совершаемого с предельной быстротой, возникает соединение с переменой линии, заставляющее клинок противника в неугрожающем положении или выводящее его острие из угрозы. Затем без прерывания движения шпаги вперед наносится укол с оппозицией. Переводы могут завершаться как прямым уколom, так и уколom забросом и с углом. В последнем случае обведение оружия противника концом шпаги производится с одновременным выносом гарды вверх, вниз или в сторону для создания угла, необходимого для укола.

Уколы переводом с забрасыванием следует осуществлять расширенным движением перевода, переходящим в конце в небольшой замах, необходимый для хлестка. Перевод, подобно уколom с углом, следует совершать неожиданно и с максимальной быстротой, поскольку атакующий при обведении оружия противника делает свою руку легко доступной для поражения уколom прямо в контратаке.

Уколы в ногу

Поскольку в шпажном бою, как правило, не колют специально в стоящую сзади ногу, то под уколами в ногу следует понимать уколы в выдвинутую вперед ногу. Уколы в ногу применяются гораздо реже уколов в руку. Объясняется это тем, что нога противника более, чем рука, отдалена от острия оружия шпажиста, и, кроме того, тем, что движение укола в ногу создает для противника очень выгодные условия для контратаки уколom в руку. Наиболее выгодным местом для поражения ноги в атаке является область колена (рис. 176) и стопа (рис. 177). Однако в связи с разными боевыми ситуациями могут поражаться и все другие части ноги (голень и бедро). Уколom в ногу без оппозиции следует атаковать обязательно внезапно или в тот момент, когда острие шпаги противника далеко отошло от руки намеревающегося атаковать ногу, например в момент убирания им руки на себя. Техника уколов в ногу имеет свою специфику, которая заключается в возникновении новых наклонов руки и оружия. В момент прикосновения острия к ноге противника рука и клинок составляют одну прямую линию, которая в зависимости от места поражения ноги принимает разные наклоны. Новое возникает и в выпаде для поражения нижних частей ноги, что выражается в увеличенном наклоне туловища вперед.

Применяется укол в ногу и с поднятой гардой. Им пользуются в тех случаях, когда атакующий допускает возможность, что противник попытается своевременно контратаковать руку уколom сверху. Поднятая вверх или оставленная сверху гарда имеет целью в этом случае затруднить нанесение уколов в контратаке.. В тех случаях, когда противник держит шпагу с устремленным вперед-вниз острием и угрожает атакующему натягиванием на неподвижное острие шпаги, уколы в ногу нужно производить с оппозицией, которая осуществляется отведением сильной частью клинка острия шпаги противника вправо или влево (рис. 178). Колоть ногу можно прямо и с переводами (как нижними, так и верхними). Укол в ногу, в частности в стопу, при сближении фехтующих вплотную оказывается самым удобным и быстрым, так как может быть выполнен без глубокого движения шпаги на себя, а лишь посредством опускания острия клинка вниз с одновременным небольшим подниманием гарды вверх. При этом шпага приходит в вертикальное или почти вертикальное положение, из которого и наносится укол вниз, в нижнюю часть голени или стопу (рис. 179).

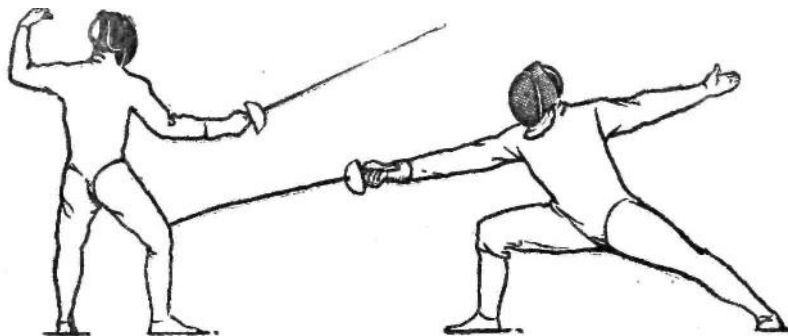


Рис. 176. Укол в колено

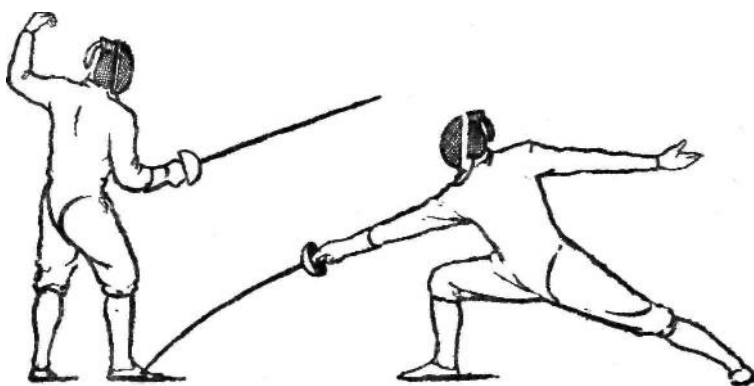


Рис. 177. Укол в стопу

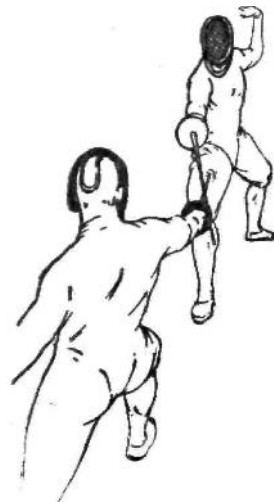


Рис. 178. Укол в бедро с оппозицией во второе соединение

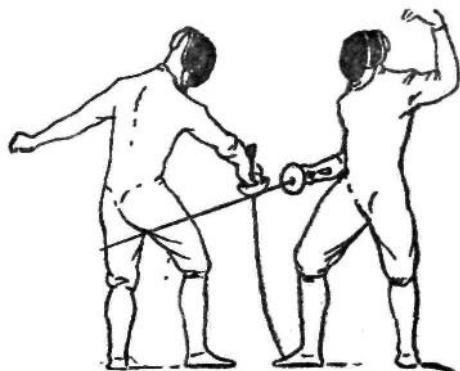


Рис. 179. Укол в стопу в условиях ближнего боя



Рис. 180. Укол в туловище с оппозицией в четвертое соединение

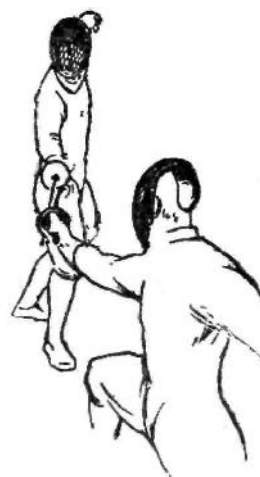


Рис. 181. Укол в нижнюю часть туловища с оппозицией в седьмое соединение

Уколы в туловище и голову (маску)

Уколы в туловище выполняются так же, как и рапирой, с той лишь разницей, что оппозиция при этом шпажистами применяется гораздо чаще, нежели рапиристами (рис. 180 и 181). Уколы в голову (маску) применяются сравнительно редко. В технике их выполнения почти нет ничего специфичного, если не считать, что при уколе в маску гарда и кисть в конечном положении укола поднимаются до уровня шеи. Укол в маску, и в особенности в туловище, часто применяется в контратаках, в атаках второго намерения, вызывающих контратаку, в ответах и в завязках ближнего боя.

ПРОСТЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

АТАКИ

Атаки уколom в руку и в ногу около колена, т. е. в наиболее выдвинутые вперед части тела противника, совершаются с дальней (обычной для боя на шпагах) дистанции, как правило, посредством лишь одного выпада. Сочетание движений рук, ног и туловища при этом аналогично выполнению их при уколах с выпадом рапирой.

Атаки уколom в руку: в кисть и предплечье у кисти — могут и часто выполняются посредством удлиненного шага вперед или шагообразного выпада, т. е. недлинного высокого выпада, совершаемого как единое целое с приходом в боевую стойку вперед. Этот способ сближения при атаках уколom в руку широко применяется шпажистами, как дающий хорошие возможности для проведения всякого рода повторных атак на отступающего противника.

Отдаленные части тела противника (туловище и голова) могут поражаться в сближении шагом вперед с последующим выпадом или в броске. Атаки броском для нанесения укола в руку применяются редко и главным образом против шпажистов, убирающих руку на себя (рис. 182).

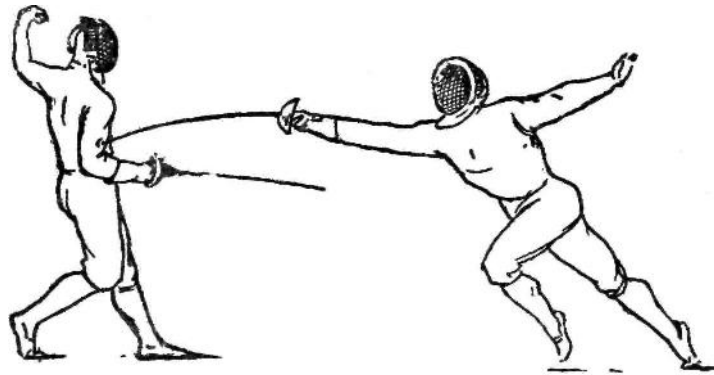


Рис. 182. Атака броском уколom в убранную руку

Уколы в атаках совершаются с оппозицией и без нее. С оппозицией они выполняются тогда, когда атакующий учитывает привычку противника во всех случаях обороны, как при внезапной атаке противника, так и при ожидаемой, всегда применять контратаки. Без оппозиции уколы в атаках могут применяться, когда атакующий вполне уверен во внезапности своей атаки, обеспечивающей опережение им контратакующего, или предугадывает намерение противника защищаться при помощи парадов.

КОНТРАТАКИ

В шпажном бою контратака имеет самое широкое применение, так как является эффективным противодействием атакам противника. Объясняется это тем, что шпажист, контратакуя, рискует меньшим, чем фехтовальщик на любом другом виде оружия, поскольку в шпажном бою одновременность уколов в этом случае квалифицируется как обоюдное поражение, т. е. уколы присуждаются обоим фехтовальщикам, что часто бывает даже желательным для контратакующего. Контратаки могут выполняться в самые различные части тела противника: в руку, в туловище и значительно реже в ногу и голову. Самой типичной и наиболее распространенной контратакой в бою на шпагах является укол прямо в руку сверху (несколько реже — снизу, снаружи и в смешанных направлениях). Контратаку в руку выгоднее всего совершать с отходом назад.

Контратака уколom в руку наиболее выгодна и в то же время наиболее трудна. Она выгодна тем, что поражается ближайшая часть тела противника и при этом возможно довольно глубокое отступление, устраняющее вероятность одновременного получения контратакующим укола в туловище или голову. Трудность же ее состоит в том, что контратакующий непременно должен с первой попытки попасть в малообъемную и движущуюся цель (руку противника), иначе он почти всегда сам получит укол первым.

Поскольку наиболее частым объектом для атаки шпажиста является рука противника, то и контратаки совершаются преимущественно против атак на руку. Основные варианты контратак уколom в руку:

- 1) на попытку противника атаковать переводом или переносом — укол прямо в руку; 2) на попытку противника атаковать руку уколom без оппозиции — встречный укол с оппозицией; 3) на попытку противника атаковать руку уколom с оппозицией — встречный укол с переводом и оппозицией; 4) на попытку противника атаковать руку уколom с углом — укол с оппозицией гардой (угол против угла); 5) на попытку атакующего колоть руку прямым уколom прямо — укол с углом и отведением своей руки от острия шпаги противника.

Контратака уколom в руку прямо против перевода противника снизу совершается уколom сверху в тот момент, когда клинок противника только начнет в переводе 1 движение вниз. Укол в руку прямо против перевода противника сверху совершается уколom в нижнюю сторону руки в момент поднятия противником клинка вверх.

Контратака уколom в руку против попытки атаковать уколom без оппозиции совершается встречным движением укола прямо с одновременным отстранением слабой части клинка противника своей сильной частью или гардой. При попытках атакующего колоть руку сверху и сбоку оппозицию предпочтительнее выполнять в

шестом или четвертом соединении; при попытках атакующего колоть руку снизу предпочтительнее оппозиция в нижних соединениях: втором, седьмом и восьмом.

Контратака уколom с переводом и оппозицией против попытки атакующего колоть руку с оппозицией представляет собой наибольшую трудность. Выполняется эта контратака по форме движения оружия так же, как и соответствующая ей описанная выше атака, с той, однако, разницей, что времени для совершения переводящего движения клинком у контратакующего меньше. Это обстоятельство заставляет контратакующего начинать движение, руководствуясь не столько зрительным восприятием атаки противника, сколько тактильным ее ощущением.

Контратака уколom в руку с оппозицией гардой против атаки противника на руку уколom с углом совершается прямым движением острия к руке атакующего с небольшим смещением гарды в сторону его клинка. Возникает при этом противопоставление угла к углу с почти параллельными клинками. Следовательно, при атаке уколom с углом сверху контратака делается уколom в нижнюю сторону руки с небольшим смещением гарды вверх (рис. 183, а). Против атаки на руку уколom с углом снизу контратака совершается уколom руки сверху с небольшим смещением гарды вниз (рис. 183, б).

Соответственно так же выполняются контратаки этого варианта против попыток противника колоть руку с углом снаружи (рис. 184, а) и изнутри (рис. 184, б).

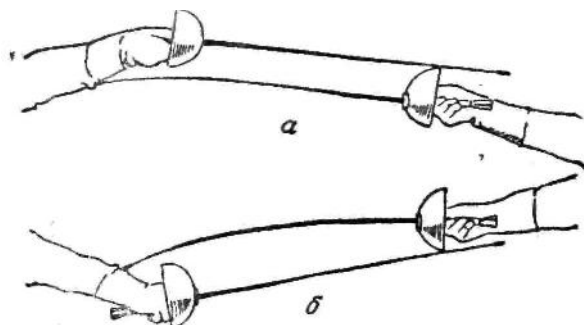


Рис. 183. Контратаки — «угол против угла»:
а—контратака с оппозицией гардой против атаки уколom с углом сверху; б—контратака с оппозицией гардой против атаки уколom с углом снизу

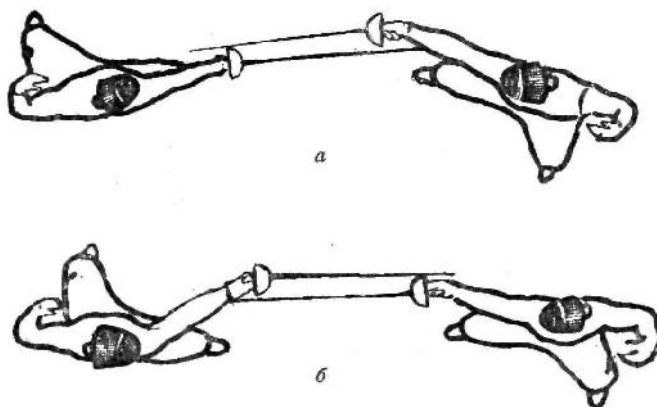


Рис. 184. Контратаки — «угол против угла»:
а—контратака с оппозицией гардой против атаки уколom с углом изнутри; б—контратака с оппозицией гардой против атаки уколom с углом снаружи

Контратака уколom в кисть с углом и одновременным отведением руки от острия шпаги противника является весьма рискованным действием, и поэтому применять ее часто не советуется. Может быть использована эта контратака против попыток атакующего поразить противника прямым уколom снизу, сбоку или сверху. При попытках колоть руку сбоку контратакующий совершает укол, высоко поднимая руку вверх (гарда может доходить до уровня глаз). При этом преследуются сразу две цели: колоть кисть атакующего сверху из-за его гарды и самому избежать получения укола в руку (рис. 185).

При попытке атакующего нанести прямой укол в руку сверху контратакующий совершает укол, выводя свою кисть вправо за внешний край своего поражаемого пространства. При этом преследуются также две цели: обойдя край гарды атакующего, колоть его руку изнутри и избежать в то же время самому получения укола в руку сверху.

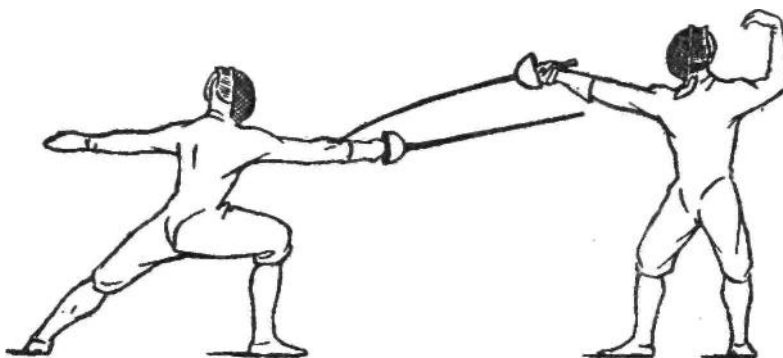


Рис. 185. Контратака уколom с углом, отклоняющим руку от острия оружия атакующего

Контратака на руку против атаки на отдаленные части поражаемого пространства (рис. 186). Наиболее выгодным моментом для контратаки уколom в руку является попытка атакующего нанести противнику укол без оппозиции в туловище и в ногу. Контратака в последнем случае совершается уколom в кисть или предплечье сверху, но можно колоть и в плечо, что дает, однако, меньшее опережение. Контратака выполняется с шагом назад или стоя на месте с небольшим наклоном туловища вперед (рис. 187).

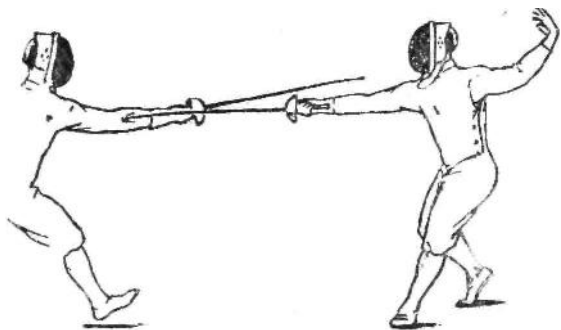


Рис. 186. Контратака уколom в предплечье против атаки уколom в маску

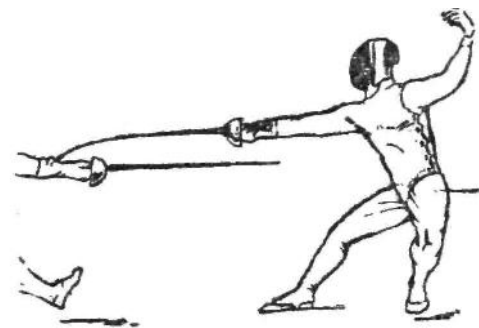


Рис. 187. Контратака уколom в руку против укола в туловище или руку снизу

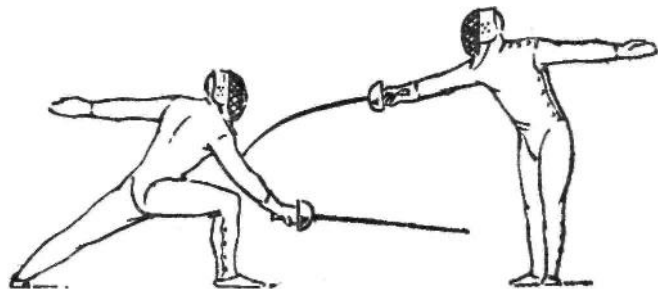


Рис. 188. Контратака уколom в руку с убиpанием ноги

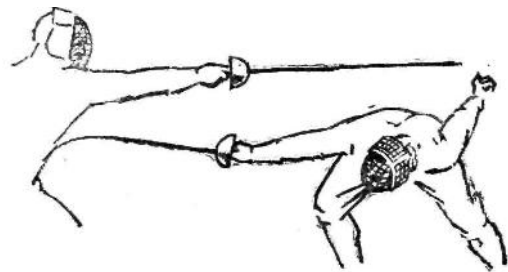


Рис. 189. Контратака с уклонением влево-вниз

Контратака уколom в руку с убиpанием ноги. Фехтовальщик, вызывая противника на атаку уколom в йогу, может для страховки себя от опаздывания в контратаке быстро убрать ногу на себя от острия шпаги противника и, сильно наклонив туловище вперед, вытянуть вооруженную руку в направлении руки, головы или верхней части тела противника, которые в это мгновение оказываются приближенными и поэтому легко поражаются с опережением. При попытке противника колоть в стопу или нижнюю часть голени нога убирается сгибанием в колене со снятием стопы с пола и движением ее назад к икроножной мышце левой ноги. Затем без постановки на пол правая нога возвращается на свое место. При попытке атакующего нанести укол в ногу около колена возможно применение старинного приема, в котором контратакующий, выпрямляя обе ноги, приставляет стоящую впереди ногу к сзади стоящей и, наклонив корпус с выпрямлением левой руки назад, колет руку сверху (рис. 188).

Контратака уколom в ногу применяется довольно редко и обычно выполняется так же, как и атака в ногу. Возможна контратака уколom в ногу с одновременным уклонением туловища вниз-влево. Ею пользуются в том случае, когда противник пытается атаковать в верхнюю часть поражаемого пространства (плечо, голову или в верхнюю часть туловища), будучи вызван на эту атаку. Уклонение совершается в расчете на то, что атакующий, направляя острие вверх, промахнется и в это время сам получит укол в ногу или в туловище (рис. 189).

Движения ног и туловища в контратаке с уклонением описаны в соответствующем месте фехтования на рапирах (рис. 93).

Контратака уколom с переводом от захвата в атаке противника имеет широкое применение в фехтовании на шпагах. Объясняется это тем, что угрожающее положение шпаги в боевой шпажной позиции вызывает у атакующего стремление отстранить острие противника с пути атаки. Контратакующий при этом может совершать перевод как не давая противнику коснуться своей шпаги, т. е. руководствуясь исключительно увиденным движением захвата, так и дав совершиться начальному прикосновению клинков в захвате, т. е. ориентируясь не только зрительным восприятием, но и тактильным. Контратака может быть успешной как в одном, так и в другом случае. Колоть при этом выгоднее всего в кисть или предплечье. Однако при строго ограниченных захватах вправо, т. е. в шестое соединение, колоть нередко приходится в плечо и туловище. Перевод следует выполнять движением клинка вплотную вокруг гарды, как бы обволакивая ее, так как в этом случае острие шпаги по пути к туловищу или плечу может поразить и предплечье. Уколы с переводом в кисть, предплечье около нее и в плечо следует выполнять, отходя назад или, в крайнем случае, оставаясь на месте. Переводы в туловище выгоднее выполнять с выпадами разной длины, в зависимости от исходной дистанции и быстроты атаки.

ПОВТОРНЫЕ АТАКИ

В бою на шпагах повторные атаки всех видов находят более широкое применение, нежели в фехтовании на других видах оружия. Объясняется это тем, что шпажист, применивший защиту (парад), согласно правилам боя на шпагах, не получает никакого преимущества перед атакующим в последующих взаимодействиях. Если же при этом учесть, что острие атакующего в момент защиты противника часто оказывается ближе к противнику, нежели острие применившего парад, то станет понятной целесообразность частого применения повторных атак шпажистами.

Наиболее благоприятной обстановкой для успешного совершения повторных атак является реагирование противника на частые попытки колоть руку защитами, выполняемыми как бы на всякий случай, без непременно

сопровождения ответным уколом. При защитах противника с ответом опережение ответа повторным уколом более затруднительно, но возможно, и тем более при его размашистых защитных движениях и при повторении укола в руку.

Повторные атаки уколом в руку совершаются следующим образом: шпажист, совершив попытку колоть противника в руку и не поразив его, сразу сгибая выпрямившуюся в выпаде сзади стоящую ногу, переставляет ее вперед и в повторном выпаде снова пытается колоть противника в руку. Повторных атак, следующих одна за другой, может быть несколько. Повторный укол должен следовать в ту часть руки, которая открылась в результате защитного движения на предыдущую попытку укола в руку.

В тех случаях, когда повторная атака является преднамеренным продолжением предыдущей, эта первая атака, несмотря на то, что в ней делается реальная попытка нанести укол в руку, совершается посредством удлиненного шага вперед или шагообразного выпада (описанного выше). Такое изменение техники атакующего обусловлено стремлением атакующего без малейшего замедления и тем более задержки после первой атаки перейти во вторую. Если противник не только отступает, но и убирает руку на себя, не меняя ее позиционного положения, тогда повторным уколом можно поражать то же самое место, которое не удалось уколоть первым движением, т. е. укол производится без перемены линии. При глубоких отступлениях противника с убиением руки повторную атаку бывает выгодно выполнять броском.

Наиболее употребительны следующие повторные атаки на противника, держащего обычную шпажную позицию: 1) попытка колоть руку сверху с выпадом, завершающимся сразу в едином движении подстановкой вперед левой ноги (ноги принимают положение боевой стойки), и на закрытие с шагом назад противником руки подниманием гарды — классический прямолинейный укол в повторном выпаде в руку снизу с обведением гарды снаружи; 2) попытка с выпадом колоть руку сверху и на принятие противником шестой защиты с шагом назад, укол с углом с повторным выпадом в руку снизу или изнутри; 3) при той же первой атаке на четвертую защиту противника — прямолинейный укол переводом в руку снаружи или снизу, 4) попытка с выпадом колоть руку снизу и на защиту противником руки опусканием гарды вниз — повторный укол с выпадом в руку сверху с обведением гарды или снаружи, или изнутри, в зависимости от положения шпаги защищающегося.

Повторная атака уколом в руку на убирание руки: 1) попытка с выпадом колоть руку в любое место и на убирание противником руки на себя с опущенным оружием — прямолинейный укол в верхнюю сторону кисти или предплечье; 2) попытка с выпадом колоть в любое место руки и на убирание противником руки на себя с поднятием вверх клинка — повторный выпад с прямолинейным уколом в кисть или предплечье снизу.

Повторные атаки уколом в туловище, голову и ногу после предыдущей атаки уколом в руку требуют большой быстроты и глубины продвижения. Тем не менее они имеют большое распространение в бою. В том случае, когда такая повторная атака задумана заранее, она выполняется без пресечения движения после удлиненного шага вперед, при помощи которого была совершена первая атака. Необходимость преодолеть в повторной атаке значительное расстояние в связи с направлением укола на отдаленную часть поражаемого пространства противника заставляет шпажистов пользоваться в ней длинными выпадами или бросками.

Наиболее применимы следующие повторные атаки уколом в туловище, голову и ногу: 1) после первой попытки колоть руку, вызывающей шестую защиту, — укол в туловище с переводом во внутрь и оппозицией в четвертое соединение или без нее; 2) после первой попытки колоть руку, вызывающей четвертую защиту, — укол в нижнюю часть туловища под руку с переводом вниз; 3) после попытки колоть руку, вызывающей вторую или восьмую защиту, — укол в голову с переводом вверх; 4) после той же попытки колоть руку — укол в нижнюю часть туловища или бедро с переводом во внутрь и оппозицией в седьмое соединение или без нее; 5) после попытки колоть руку, вызывающей седьмую защиту, — укол в верхнюю часть туловища или голову с переводом вверх; 6) после той же попытки колоть руку — укол в нижнюю часть туловища или бедро с переводом наружу и оппозицией во второе-восьмое соединение или без нее.

СДВОЕННЫЕ УКОЛЫ

Сдвоенный укол, часто применяемый в шпажном бою, представляет собой разновидность повторной атаки. Он отличается от повторной атаки лишь тем, что повторная попытка колоть в руку совершается без дополнительного сближения, т. е. без повторного выпада, типичного для повторных атак. Шпажист выполняет лишь один выпад, в котором дважды пытается колоть руку.

Применяется сдвоенный укол в тех случаях, когда противник против уколов в руку использует защиты и не опешит с ответом. Наиболее употребительны следующие сдвоенные уколы: 1) на противника, применившего вторую защиту, — укол в руку сверху; 2) на противника, применившего четвертую защиту, — укол в руку снизу, снаружи или изнутри с углом; 3) на противника, применившего шестую защиту, — укол в руку снизу или укол наружу с углом.

Наиболее выгодны сдвоенные уколы с углом, так как движение руки на создание угла отводит руку от линии возможного поражения ответным уколом.

ВСТРЕЧНЫЕ АТАКИ

Являясь тактической ошибкой в фехтовании на рапирах, саблях и штыках, встречные атаки в шпажном фехтовании часто умышленно используются в целях достижения победы, т. е. становятся закономерным средством борьбы. Применяются они в тех случаях, когда шпажисту достаточно сделать «ку-дубль», чтобы выиграть бой, и когда шпажист, имея преимущество во время боя в уколах, заинтересован в параллельном увеличении числа уко-

лов, нанесенных в обе стороны.

Поражать противника во встречных атаках выгоднее всего уколом прямо и притом с прямолинейным продвижением вперед. Техника уколов во встречных атаках не отличается какой-либо специфичностью. При уколах атакующего с оппозицией во встречных атаках можно успешно применять и уколы с переводом в руку.

Основной опасностью при пользовании встречной атакой является большая возможность ее опоздания. Во избежание этого навстречу следует колоть предельно быстро и в выдвинутые вперед места противника: например, при атаках противника уколом в руку встречно выгоднее всего колоть тоже в руку, а при атаках противника уколом в туловище во встречной атаке целесообразно колоть в руку, в голову и в ближние места туловища.

ЗАЩИТЫ

Защиты (парады) в фехтовании на шпагах служат последней линией обороны. Улавливаемое шпажистом начало атаки противника открывает первому возможности успешного применения контратаки. Однако пропущенный момент для контратаки или отпарированная контратака заставляют уже прибегать к защитам или встречным уколам с оппозицией. Стремление некоторых шпажистов противодействовать атакам только контратаками крайне обедняет их тактику и поэтому лишает их возможности достичь крупных спортивных успехов. Защиты в шпажном фехтовании отличаются большим разнообразием, что обусловлено обширностью поражаемого пространства, и разной приближенностью к противнику, и объемом отдельных его частей. Выполнение защит клинком (в отличие от защит гардой) в фехтовании на шпагах подчиняется двум требованиям: первому и основному — отстранить острие шпаги противника от поверхности своего поражаемого пространства и второму — не слишком открывать свою руку в непосредственной близости от острия атакующего. В результате возникает особая техника шпажных защит, характеризующаяся некоторой неподвижностью гарды при относительно больших перемещениях острия. В основном же защиты клинком шпаги подчиняются тем же биомеханическим закономерностям, что и защиты рапирой, и поэтому описание их будет ограничиваться в основном лишь тем, что отличает их от соответствующих им рапирных защит. Защиты шпагой занумерованы аналогично рапирным, но имеют при этом много вариантов. Так, шестая защита, например, может закрывать голову (рис. 190), руку, туловище; варианты второй защиты — руку снизу, нижнюю часть туловища и ногу вплоть до стопы (рис. 191) и т. д.



Рис. 190. Шестая защита от укола в маску



Рис. 191. Вторая защита от укола в колено

Шпажисты не пользуются для защиты туловища рапирной пятой и девятой защитой, так как они, отстраняя острие шпаги от туловища, могут навести его на ногу и голову.

В шпажном фехтовании оппозиционные защиты предпочтительнее ударных, преобладающих у рапиристов, так как отстранение сильной частью клинка конца шпаги противника в этих защитах способствует нанесению ответов с оппозицией, необходимых фехтующим на шпагах.

Применяются и защиты отбивом, однако их выполнение отличается от выполнения рапирой более резким ударом по клинку, похожим на батман, что должно предотвратить быстрое возвращение острия шпаги атакующего в положение укола.

Шпажисты применяют как прямые, полукруговые, так и круговые защиты. Последние широко используются в бою, поскольку хорошо поставленная круговая защита при условии развитого «чувства железа» является мощным противодействием столь частым в фехтовании на шпагах уколам с оппозицией. Круговые защиты применяются в верхних и не менее часто в нижних линиях. Выполняются они аналогично таковым же в рапирном фехтовании.

Защиты от ответных уколов с оппозицией выполняются обыкновенно в положении выпада или заменившего его шага вперед. Применять в этом случае советуется прямые противо-опозиционные защиты. Особенность этих защит заключается в том, что выполнение их следует сопровождать быстрым и глубоким движением шпаги на себя, усиливаемым общим движением фехтовальщика назад и с утрированным подниманием или опусканием конца шпаги. Все это делается для того, чтобы отвести слабую часть своего клинка от соприкосновения с сильной частью клинка противника и в защите уже противопоставить свою, если не сильную часть клинка, то хотя бы

среднюю слабой части клинка противника. Используются эти защиты и против уколов с оппозицией в атаках. Не применяют шпажисты условных защит, дающих в бою на рапирах право на ответ, поскольку этот прием в шпажном бою не наделяет фехтовальщика, применившего его, каким-либо преимуществом.

Наиболее применимы в шпажном фехтовании внешние защиты: шестая, вторая, восьмая, так как оппозиция в ответе после них не представляет особых трудностей и не укорачивает ответного укола.

Шестая и четвертая защиты, применяемые от уколов в кисть и предплечье сверху и сбоку, отличаются от соответствующих им рапирных тем, что предплечье в них при смещении кисти вправо или влево остается горизонтальным, рука слегка выпрямляется, гарда сохраняет свой уровень, острие поднимается до плечевого сустава и смещается влево или вправо. В конечном положении шестой защиты гарда подходит к внешней стороне поражаемого пространства, а острие заходит примерно на 10 см (рис. 192) за внешнюю границу его. В четвертой защите гарда доходит лишь до середины поражаемого пространства, а острие заходит за внутреннюю границу его примерно на ширину кисти (рис. 193). Для отражения уколов в кисть и предплечье сверху обе защиты из обычной шпажной боевой позиции берутся полукруговым движением: шестая — влево—вверх—вправо и четвертая — вправо—вверх—влево.

Нередко против попыток атакующего колоть руку применяются оппозиционные защиты рапирного типа с движением вперед (обычно шагом). В этом случае положение отведенного защитой клинка сохраняется на все время сближения, т. е. защита как бы переходит в захват, после которого следует ответный укол в туловище или в плечо с оппозицией. Защита с длинным шагом вперед берется с принятием руки на себя. В четвертой и шестой защитах кисть при этом немного опускается примерно до уровня талии, а острие поднимается выше темени (рис. 194).



Рис. 192. Шестая защита от укола в предплечье



Рис. 193. Четвертая защита от укола в предплечье

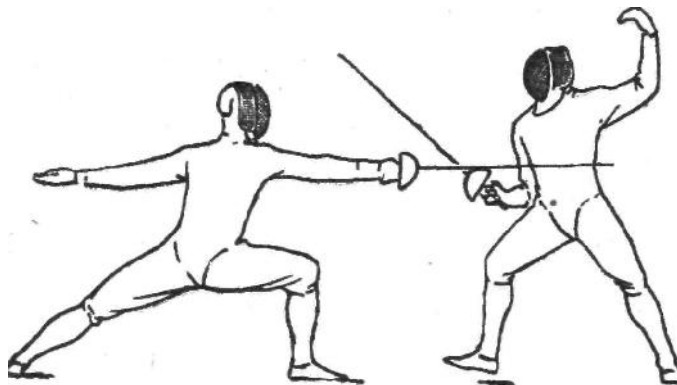


Рис. 194. Четвертая защита с движением шпажиста вперед



Рис. 195. Четвертая защита гардой от укола в предплечье около кисти

В четвертой и шестой защитах при отражении укола в голову кисть следует поднимать, не продвигая ее вперед, лишь до уровня верхней части груди (см. рис. 190). Острие достигает уровня темени и выходит за контур головы примерно на четверть. Во второй, восьмой и седьмой защитах при отражении уколов в колено, голень и стопу кисть, не двигаясь вперед, может опускаться до уровня верхнего края таза, а острие — не ниже середины голени и заходит за контур ноги также примерно на четверть (см. рис. 191).

Характерной особенностью защит головы и ноги является то, что сильная часть шпаги не противопоставляется слабой части клинка атакующего, чтобы не слишком открывать свою руку. Шпага противника отстраняется примерно средней частью клинка. Некоторая слабость таких защит компенсируется утрированным выносом конца шпаги защищающегося в стороны за границы своего поражаемого пространства, что нередко приводит к соскальзыванию клинка атакующего на сильную часть шпаги у гарды шпажиста, применяющего защиту.

Защиты гардой

Кроме защит рапирного типа посредством отстранения оружия противника сильной частью клинка, шпажисты пользуются для закрытия кисти и предплечья около нее защитой гардой.

Защита руки гардой применяется в тех случаях, когда попытка противника поразить руку совершается так быстро и неожиданно, что не дает времени для принятия других защитных мер. Кроме того, защита гардой становится необходимой, когда противник пытается колоть руку, захватив своим оружием конец шпаги обороняющегося. Заключается эта защита в том, что защищающийся на попытку противника колоть руку смещает свою гарду в сторону клинка противника, сохраняя острие шпаги неподвижным, но в положении, угрожающем уколом в руку противника. Смещение гарды при этом должно быть не более того, что необходимо для отстранения руки острия шпаги нападающего. Это значит, что для защиты от прямых уколов следует смещать гарду лишь слегка в сторону клинка противника (примерно на 5—10 см), а от уколов с углом — примерно на ширину гарды, а иногда и больше (рис. 195).

После защиты гардой немедленно следует ответный укол прямо в руку, для которого в этом случае создаются благоприятные условия. Укол выполняется выпрямляющейся рукой с сохранением защитного положения гарды

(оппозиции), вследствие чего между рукой и шпагой возникает небольшой угол.

Против быстро и глубоко наступающего противника, совершающего при этом непрерывные попытки поразить руку, защиты гардой выгодно брать в глубоком отходе, вполне вытянув вооруженную руку. Конечные положения в защитах в этом случае соответствуют описанным выше позициям: правой, левой, верхней и нижней, но с точно направленным на кисть противника острием. В результате таких защит наступающий сам натывается рукой на острие, если не в первой своей попытке колоть руку противника, то в одной из последующих. Отход выполняется посредством ряда шагов назад.

Уступающие защиты

Широкое применение у шпажистов находят уступающие защиты, так как они являются невольным техническим противодействием уколам с оппозицией. Наряду с обычными уступающими защитами, применяемыми в фехтовании на рапирах и описанными в главе четвертой, шпажисты часто применяют уступающие защиты от уколов противника с оппозицией в кисть и предплечье. В этих случаях шпажист, не имея возможности освободить слабую часть своего клинка от захвата противника, оставляет ее как бы в плену у атакующего и защищает руку смещением гарды в сторону острия шпаги противника. Возникают уже известные защиты гардой.

Защиты в ближнем бою

Возникновения ближнего боя и кор-а-кора в фехтовании на шпагах — частое явление. Это обстоятельство заставляет шпажистов серьезно работать над освоением техники боя в непосредственной близости от противника. Основным условием успешного выполнения защиты в ближнем бою является обеспечение возможности относительно свободно перемещать свое оружие, чему мешает тело противника. Достигается эта возможность действием посредством приближения своей вооруженной руки и оружия к своему туловищу. От попыток противника колоть в верхнюю половину поражаемого пространства следует применять четвертую, третью или шестую защиты с приближенным к туловищу локтем и обращенным вверх и немного вперед кондом шпаги (рис. 196). От попыток противника колоть в нижнюю половину поражаемого пространства применима нижняя пятая (см. рис. 96), выполняемая с наклоном тела вниз, а также вторая, седьмая и восьмая защиты. Последние три защиты при этом следует принимать также, приближая локоть к телу и придавая шпаге почти вертикальное положение кондом вниз (рис. 197).

Защитные убирания руки и ноги. Рука может защищаться убиранием ее на себя с сохранением предплечья в горизонтальном положении. При глубоком убирании руки локоть ее может заходить за передний край туловища. Однако защита убиранием руки допустима лишь как исключение, поскольку она не активна, т. е. не содержит в себе никакой угрозы противнику.

При попытке противника колоть в ногу можно убрать ее назад отставлением, как описано это выше (см. «уколы в ногу»).

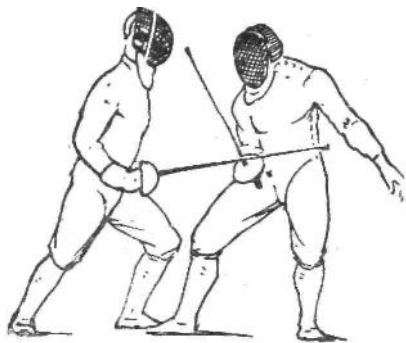


Рис. 196. Защита четвертая в условиях ближнего боя

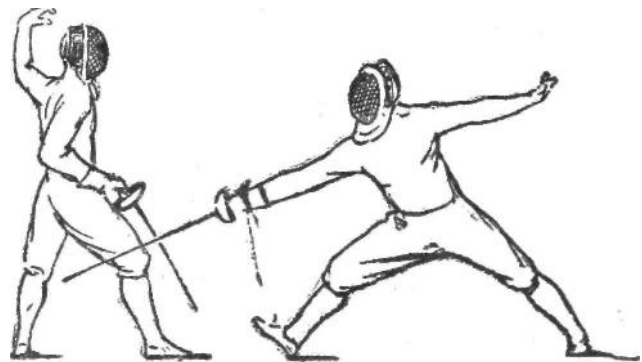


Рис. 197. Защита восьмая в условиях ближнего боя

ОТВЕТЫ

В фехтовании на шпагах ответы, как и в фехтовании на других видах оружия, являются весьма действенным средством обороны. Ответы шпагой можно выполнять так же, как и рапирой, т. е., применив защиту, немедленно колоть противника прямо, переводом, переносом, с обманом и в разные части поражаемого пространства. Характерным, однако, для ответов шпагой является почти исключительное применение в ответах уколов прямо в ближайшую часть тела противника и притом с закрытием (оппозицией). Такие уколы после верхних защит наносятся в руку, грудь или голову (см. рис. 198), а после нижних защит — в низ живота и в ногу (рис. 199). Ответы с оппозицией имеют целью, нанося укол противнику, избежать получения от него в это время сдвоенного, повторного или контрответного укола прямо.

При защитах от уколов в кисть и предплечье, т. е. находясь вдали от противника, ответы выгоднее всего делать уколами в руку и реже в колено. Уколы в ответы в руку можно выполнять с оппозицией гардой (рис. 200) или сильной частью клинка, защищающей руку от сдвоенного укола противника с углом, облегчающим доступ к

руке противника, или забросом. Ответы с оппозицией после шестой и четвертой защит выполняются обычно уколом в предплечье сверху выпрямлением руки, но с сохранением острия шпаги противника отведенным, т. е. в не угрожающем руке положении. После этих защит применимы ответы и уколом с забросом сверху с небольшим подниманием гарды и с углом сверху с большим подниманием руки, уводящим ее от острия шпаги противника.



Рис. 198. Ответ уколом в маску с оппозицией

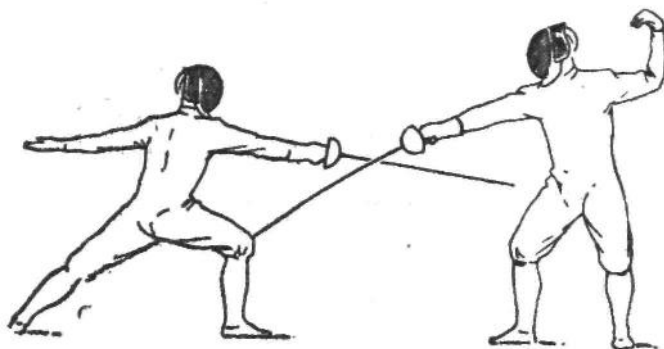


Рис. 199. Ответ уколом в ногу с оппозицией во второе соединение



Рис. 200. Ответ уколом в руку с оппозицией гардой

Широко пользуются в фехтовании на шпагах завязывающие ответы. Объясняется это тем, что защиты от уколов в руку создают благоприятные технические условия для их выполнения, а постоянное применение противником после неудачной атаки сдвоенных уколов и оставление в линии оружия в вытянутой руке обуславливают их тактическую целесообразность.

Наиболее выгодно завязывающие ответы выполнять из четвертой и шестой защит. После четвертой защиты ответ с завязыванием во второе соединение выполняется посредством незамедлительного опускания острия шпаги вниз по дуге влево-вниз под гарду противника с переходом далее во второе соединение и завершается уколом вниз с оппозицией вправо. Все эти движения осуществляются как единое и непрерывное движение. Ответ с завязыванием в восьмое соединение из положения четвертой защиты выполняется по форме движения почти аналогично предыдущему ответу с той лишь разницей, что острие шпаги после взятия четвертой защиты опускается почти вертикально вниз в восьмое соединение с переходом в укол вниз также с оппозицией вправо, но с супинированной рукой.

После шестой защиты ответ с завязыванием в седьмое соединение выполняется посредством незамедлительного опускания острия шпаги вниз по дуге выпуклостью вправо с сохранением соприкосновения клинков и переходом в седьмое соединение, завершающееся уколом вниз с оппозицией влево.

Ответы завязыванием возможны и из нижних защит, например: из восьмой и второй — укол в плечо или маску с оппозицией в четвертое соединение, а из седьмой защиты — укол с оппозицией в шестое соединение в плечо или в грудь. После нижних защит отвечающий немедленно поднимает острие своей шпаги выше гарды противника, захватывая его клинок в противоположную защите сторону, и, также не нарушая соединения и противопоставления частей клинков, колет вверх с оппозицией.

Находят применение в ответах прямо и «классические» уколы без оппозиции, но в этом случае защиту следует производить четким резким ударом по клинку противника, похожим на удар (батман) и откидывающим его шпагу в такой мере, чтобы успеть нанести ответный укол раньше, нежели противник сумеет колоть повторно.

Типично шпажным приемом является ответ после защиты руки, переходящей в атаку броском. Защита в этом случае принимается обороняющимся в начале своего движения вперед в броске и непосредственно переходит в соответствующий захват и в укол с оппозицией в туловище (рис. 201). Такие ответы в броске выполнимы при применении всех защит. Необходимым условием успешности таких, развитых в атаку, ответов является полная слитность защитного движения с началом продвижения вперед и переходом при большом отдалении противника сперва в захват и далее в укол с оппозицией.



Рис. 201. Ответ в броске уколom в грудь с оппозицией „а“ и „б“

Ответы в условиях ближнего боя

Техническое своеобразие ответных уколов в ближнем бою обусловлено близостью противника и конечными положениями защит. При взятии защит ближнего боя с концом шпаги, обращенным вверх, т. е. четвертой, третьей и шестой, наиболее удобный и быстрый ответ — уколom в верхнюю часть груди, голову и плечо. Выполняются эти ответы с оппозицией. Шпага посылается острием вперед-вниз с одновременным небольшим продвижением гарды вперед и без потери отстраняющего соприкосновения с оружием атакующего. В конечном движении укола шпага идет вдоль продольной оси клинка наклонно снизу вперед-вверх. В положении укола рука не достигает полного выпрямления (рис. 202). При взятии защит ближнего боя с концом шпаги, обращенным вниз, т. е. второй, седьмой и восьмой, наиболее результативны ответы уколom прямо вниз, т. е. в ногу на всем ее протяжении. Укол также совершается с оппозицией. Вооруженная рука при нанесении укола выпрямляется в меру необходимости (см. рис. 179).

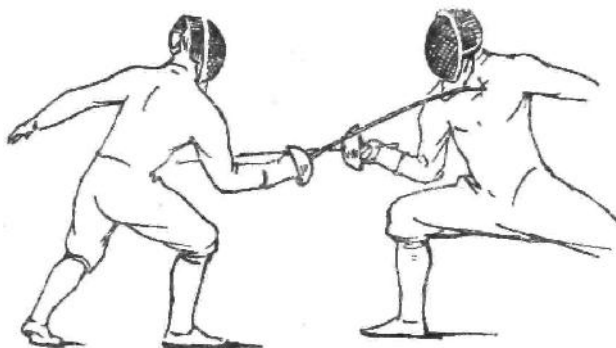


Рис. 202. Ответ уколom в грудь в условиях ближнего боя

Особенности защит от ответных уколов

Защиты от ответов в шпажном фехтовании особенно трудны, поскольку ответы шпагой обычно выполняются с оппозицией. Техника защит от ответов аналогична в общем описанной выше технике защит от атак уколom с оппозицией с той лишь разницей, что применять их атакующему приходится в конечном положении своей атаки, т. е. на выпаде или на уходе с него в боевую стойку.

СЛОЖНЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

СЛОЖНЫЕ АТАКИ

Атаки второго намерения

Широкое применение в фехтовальном бою на шпагах контратак вызывает тактически ответное широкое использование атак второго намерения, вызывающих контратаки. По своей схеме атаки второго намерения в фехтовании на шпагах не отличаются от таковых на других видах оружия. Посредством ложного движения оружия для укола со сближением шпажист вызывает противника на попытку контратаковать уколom руку, после чего атакующий немедленно берет защиту от вызванной им контратаки и наносит ответный укол с оппозицией. В зависимости от глубины контратаки и дальнейших действий противника защита от его контратаки может выполняться в отходе, на месте, с шагом вперед, в начале выпада и броска, а ответ — на шаге назад, с места, с выпадом или в броске. Наибольшим распространением пользуются следующие атаки второго намерения на контратакующего в отступлении противника:

1) с шагом вперед обман уколом в ногу или в руку снизу — защита шестая с шагом вперед от попытки контратаковать руку и укол в руку, грудь или голову с оппозицией вправо с выпадом или в броске, начавшемся одновременно с защитой (рис. 200); 2) шаг вперед с обманом уколом вниз — защита четвертая с шагом вперед или в начале броска — укол с оппозицией влево в руку, голову или грудь с выпадом или в броске; 3) захват в шестое соединение с шагом вперед — защита вторая с шагом вперед или в начале броска против укола с переводом — укол с оппозицией во втором соединении в бедро, нижнюю часть туловища, в бок и без оппозиции в руку сверху, грудь с выпадом или броском; 4) захват в четвертое соединение с шагом вперед — защита шестая с шагом вперед или в начале броска от укола в руку снаружи — укол в руку, голову или грудь с оппозицией вправо в выпад или броске (см. рис. 201); 5) захват во второе соединение с шагом вперед — защита четвертая или шестая с шагом вперед или в начале броска от укола вверх — укол с оппозицией соответственно влево или вправо в голову, туловище или руку с выпадом или в броске.

После вызовов захватами могут следовать и соответствующие круговые защиты с последующими уколами с оппозицией. Однако защиты эти рискованны, но зато в большой мере страхуют от контратак с обманами.

Ложная атака второго намерения, вызывающая контратаку, может завершаться не только защитой с ответом, но и контратакой на контратаку противника (контртемпл), которая в этом случае выполняется встречным уколом с оппозицией или уколом с большим углом, предохраняющим руку от укола.

Наиболее употребительны следующие уколы с углом в контртемпл.

1) небольшой шаг вперед с высокой шестой позицией — на попытку противника колоть руку снизу провоцирующий контратаку колет контратакующего в руку сверху, высоко поднимая кисть; 2) в нижнем соединении небольшой шаг вперед — на попытку противника контратаковать руку сверху — укол в его руку изнутри с большим выносом кисти вправо.

В обоих примерах утрированный угол в уколе в контртемпл имеет целью не только обойти клинком гарду противника, но и так сместить свою руку, чтобы шпага противника в уколе прошла мимо нее.

При контратаках противника с выпадом или любым продвижением вперед защита с ответом выполняется в пределах провоцирующего шага вперед или начала сближения другим способом.

Атака второго намерения, вызывающая защиту и ответ противника, применяется значительно реже, чем атака, вызывающая контратаку. По своей схеме эта атака второго намерения не отличается от аналогичной атаки в фехтовании на рапирах и саблях. Отличием, по существу, является лишь то, что первую попытку колоть противника в руку, имеющую целью вызвать его на защиту с ответом, шпажисты обыкновенно выполняют не ложным, несколько укороченным движением руки, как это делают (рапиристы, а в полноценном устремлении острия к кисти противника, которое может при удаче завершиться уколом.

Однако шпажисты на вызов выполнить защиту с ответом часто предпочитают производить контратаку. Поэтому атаки второго намерения, вызывающие защиту и ответ, следует применять, только учитывая соответствующее намерение или привычку противника.

Примеры:

- 1) попытка в выпад или в шаге вперед колоть предплечье противника изнутри на попытку его отвечать уколом прямо в руку после четвертой защиты — четвертая защита с движением вперед и повторный укол в руку сверху с оппозицией влево на месте или с выпадом;
- 2) попытка колоть руку противника снаружи с выпадом или с шагом вперед и на попытку его отвечать уколом прямо в руку после шестой защиты — с приходом в боевую стойку вперед защита шестая и укол в руку или в грудь прямо с оппозицией на месте или с движением вперед;
- 3) попытка колоть руку противника снизу с выпадом или с шагом вперед и на попытку его отвечать уколом вниз после второй защиты — вторая защита с приходом в боевую стойку вперед и укол прямо вниз в туловище или в ногу с оппозицией вправо с места или с движением вперед.

В примерах даны простейшие случаи; в условиях боя эта схема работы не может нарушаться в зависимости от глубины отступления и ответа. Так, при глубоком отступлении защищающегося может быть выгодным защиту от ответа брать не в отстойке, а в начале броска или в отступлении от ответа с выпадом или броском.

Атаки с обманами

В шпажном бою атаки с обманами применяются в тех же случаях, что и при фехтовании на других видах оружия, т. е. тогда, когда противник на угрозу уколом в какую-либо часть его тела реагирует или предполагается, что будет реагировать движением защиты. В зависимости от взаиморасположения оружия, направления угроз и защитных реагирований могут возникать атаки: прямо перевода, два перевода, три перевода, удвоенный перевод, утроенный и их сочетания. Почти не находят применения лишь переносы.

Обманы в шпажном бою обычно совершаются движением оружия для укола в открытую часть руки противника, а действительные уколы выполняются с переводами в руку, в корпус и реже в ногу и еще реже в голову. Обман уколом в руку осуществляется с небольшим продвижением шпажиста посредством шага вперед или начального движения выпада. Последующий укол в руку осуществляется с выпадом, а в туловище может производиться и броском. Техника обманов уколом прямо и с переводом в фехтовании на шпагах по форме движения не отличается от таковых у рапиристов. Завершающий действительный укол с переводом в атаках с обманами предпочтительнее выполнять с оппозицией.

Специально шпажным приемом является обман на руку, выполняемый движением оружия, рассчитанным на касание слабой частью своего клинка гарды оружия противника и даже на возможное утыкание острия в его руку, после чего на защитное движение руки противника совершается немедленно укол в руку с переводом. Обманы

такого рода выгодны тем, что они убедительны и, кроме того, таят в себе некоторую возможность нанесения при обмане действительного укола. Выполняются эти атаки обычно в сочетании обмана с шагом вперед, а укола с выпадом. Несмотря на то, что атаки с таким обманом формально похожи на действительную атаку с немедленно следующей за ней повторной, по замыслу они совершенно различны, что накладывает печать и на характер выполнения приемов. Наиболее выгодны следующие атаки с обманами: 1) обман уколом в предплечье снизу — укол в руку сверху; 2) обман уколом в предплечье изнутри — укол в руку снизу, снаружи или в косом направлении снаружи-снизу; 3) обман уколом снаружи — укол с переводом снизу или изнутри.

Возможно проведение атак с несколькими обманами и комбинированных атак, но в бою на шпагах они применяются крайне редко вследствие большой вероятности получить укол в контратаке противника.

Контратаки с обманами

Постоянно применяемые шпажистами как мера против контратак, вызовы противника на контратаку в атаках второго намерения создают боевые ситуации, в которых возможно эффективное использование обманов. В этих случаях шпажист, поскольку он сам вызывает противника на попытку контратаковать, не может не реагировать защитой на угрозу нанести ему укол, а противник не должен упускать этой возможности использовать защитную реакцию противника для нанесения ему укола переводом. Для достижения большего успеха в этом следует направлять оружие в обманывающем движении именно в то место, куда шпажист вызывает контратаку (обычно в определенное место руки), и затем на начало его защитного движения колоть переводом.

Примеры: 1) на сближение противника в вызове на контратаку в руку сверху с дальнейшим намерением взять шестую защиту—обман уколом в начале выпада в руку сверху и переводом в конце выпада укол в руку снизу или изнутри; 2) на вызов противника в сближении контратаки уколом в руку снизу с намерением защититься от нее второй защитой — обман уколом в руку снизу в начале выпада и укол переводом в руку сверху или в туловище в конце выпада; 3) на вызов противника контратаки уколом в руку изнутри с движением вперед — обман уколом в руку изнутри в начале выпада и укол переводом в руку снизу или снаружи в конце выпада. При крайне ограниченном сближении противника в его вызове действительную попытку колоть противника после обмана можно совершать и в броске. В этом случае имеют широкое применение уколы в плечо и туловище.

Контратаки с обманом можно выполнять и в отступлении.

Атаки с действием на оружие

Атаки с захватами в шпажном бою более употребительны, чем атаки с ударами (батманами) и другими действиями на оружие противника. Цели захватов шпагой « техника их » выполнения в основном те же, что и в фехтовании на рапирах. Следует, однако, отметить, что шпажисты в глубоких атаках применяют захваты, отводящие острие оружия противника в сторону, а не вниз «ли вверх». Захват в атаке следует завершать уколом прямо с соответствующей оппозицией.

Наиболее употребительны следующие атаки с действительными захватами оружия противника:

- захват (контрзахват) в шестое соединение — укол с оппозицией вправо прямо в руку, голову или в грудь;
- захват (контрзахват) в четвертое соединение — укол с оппозицией влево прямо в руку, в голову или в грудь;
- захват (контрзахват) во второе соединение — укол с оппозицией вправо прямо в правый бок, в бедро или в ногу около колена;
- захват (контрзахват) в седьмое соединение — укол с оппозицией влево прямо в бедро или в ногу около колена;
- диагональное или вертикальное завязывание во второе соединение — укол с оппозицией вправо прямо вниз;
- диагональное или вертикальное завязывание в седьмое соединение — укол с оппозицией влево прямо вниз;
- диагональное или вертикальное завязывание в шестое соединение — укол с оппозицией вправо прямо в плечо, грудь или голову (маску);
- диагональное или вертикальное завязывание в четвертое соединение — укол с оппозицией в руку, грудь, голову.

Успешно проведенные атаки с захватами и последующими уколами прямо могут создать предпосылки для эффективного использования уколов переводами в дальнейших атаках с ложными захватами и завязываниями.

Применимы в фехтовании на шпагах и круговые завязывания как в верхних соединениях, так и в нижних.

Атаки с ударами (батманами) употребляются реже, чем атаки с захватами, вследствие того, что после удара (батмана) клинок шпаги противника может быстро вернуться в угрожающее уколом положение. Удары (батманы) шпагой применяются с теми же целями, что и рапирой. Техника их отличается от ра-пирной лишь большей резкостью удара по оружию. Атаки с ударами (батманами) выгоднее завершать уколом прямо в руку.

Наиболее результативны следующие атаки с ударами (батманами) по оружию противника:

- удар (батман) или контрудар (контрбатман) вниз в пятую позицию — укол прямо в руку сверху;
- удар (батман) или контрудар (контрбатман) в четвертое соединение — укол прямо в руку сверху, изнутри;
- удар (батман) или контрудар (контрбатман) в шестое соединение — укол прямо в руку снаружи, сверху;
- удар (батман) или контрудар (контрбатман) во второе соединение — укол в руку или в ногу около колена.

Успешное применение в отдельном бою действительных ударов (батманов), так же как и действительных захватов, позволяет неожиданно и эффективно применить после удара (батмана) укол с переводом в руку или туловище.

Защиты от сложных атак

Сложность атаки, как известно, — лучшая предпосылка для применения контратаки. Поэтому фехтовальщики стараются совершать эти атаки неожиданно для противника или в крайнем случае с неожиданным для него направлением действия на оружие. В результате хорошо подготовленные сложные атаки, как правило, не пресекаются контратаками. Пропущенный момент для контратаки или «снятие» ее атаковавшим принуждают шпажиста переходить на последнюю линию обороны, т. е. применять защиты. Трудность защит от сложной атаки заключается в том, что выполнять их приходится поколебленным оружием (действием на оружие или обманом) и в непосредственной близости от противника. Тем не менее успешность их вполне достижима, чему содействует то обстоятельство, что обороняющийся после предварительного действия в атаке противника не может уже не ожидать финального движения атакующего, а, кроме того, время, необходимое для выполнения противником предварительного действия, позволяет обороняющемуся начать отступление. Применяются простые и сложные защиты. Сложные защиты возникают в результате невольного реагирования на неожиданный обман или ложное действие на оружие. Техника простой защиты от сложной атаки и финального движения сложной защиты не обладают какой-либо специфичностью — эти защиты выполняются согласно описанию простых защит, данному выше.

Глава VII. ФЕХТОВАНИЕ НА КАРАБИНАХ С ЭЛАСТИЧНЫМ ШТЫКОМ

В фехтовальном бою на карабинах с эластичным штыком разрешаются только уколы. Режущие удары, а тем более удары прикладом, в отличие от упражнений в рукопашном бою, категорически запрещаются. Поражаемое пространство (рис. 203), аналогично рапирному фехтованию, ограничено шеей и туловищем. Нижней границей поражаемого пространства являются линии, проходящие опереди по сгибу ног в паху, а сзади — на уровне пояса.

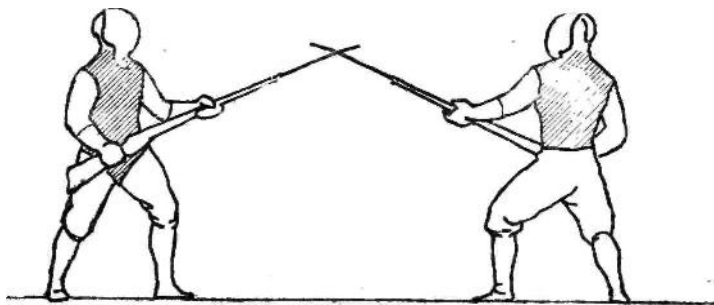


Рис. 203. Поражаемое пространство в фехтовании на штыках

Фехтование на штыках наиболее доступное и простое из всех видов спортивного фехтования. Это объясняется практически относительно ограниченным объемом боевых технических приемов, вследствие чего наиболее интересный и эмоциональный период — самостоятельное ведение вольного боя — наступает в процессе обучения сравнительно быстро.

Необходимость быстро и точно действовать относительно тяжелым оружием, которое в отличие от «классических» видов оружия держится двумя руками, создает значительную общую физическую нагрузку, равнозначную для левой и правой сторон фехтовальщика, и требует большой силы. Поэтому бои на карабинах проводятся только среди мужчин и юношей старшего возраста на пять уюлов с общей продолжительностью боя до 6 мин. «чистого» времени. Разметка поля боя аналогична разметке боевой дорожки при фехтовании на саблях (см. рис. 107).

В целях предупреждения травматизма штыкист дополнительно к обычному фехтовальному костюму надевает ватный нагрудник, на левую руку — рукавицу со стеганой длинной крагой для предохранения предплечья от ударов цевьем и трубкой штыка, на правую — обычную фехтовальную перчатку.

В отличие от фехтовальных стоек на легких видах оружия бойцы-штыкисты, как правило, ведут бои в левосторонних стойках.

Тактика в фехтовании на карабинах отличается особой тщательностью в выборе момента для атаки, потому что плохо подготовленная атака почти неизбежно заканчивается получением ответного укола из-за трудности применения защиты от него.

Атака броском на карабинах запрещена. Потеря карабина во время боя штрафует укол. В случае обоюдной атаки обоим засчитываются уколы.

КАРАБИН С ЭЛАСТИЧНЫМ ШТЫКОМ

Общая длина учебного карабина (рис. 204, а) не более 136 см, вес не менее 2,5 кг. Приклад деревянный; основание его — затылок — укреплено металлической пластинкой. Шейка приклада — часть карабина, находящаяся в месте перехода ствольной части в приклад, служит для держания карабина правой рукой. Ствольная часть — деревянная с врезанными по бокам для прочности металлическими пластинками. Поверхность карабина должна быть гладкой и без острых выступов ствольную часть его от места крепления штыка до нижнего ложевого

кольца рекомендуется обмотать крепким шнуром, тесьмой или изоляционной лентой.

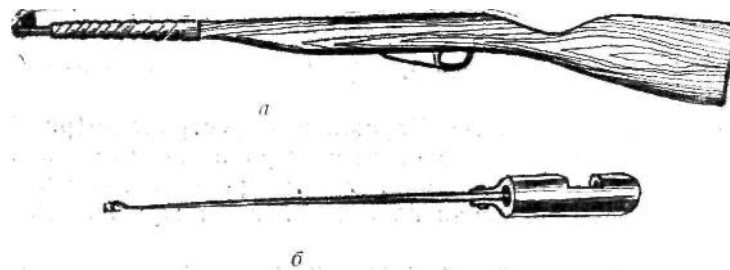


Рис. 204. Карабин с эластичным штыком:
а — макет карабина, б — эластичный штык

Эластичный фехтовальный штык (см. рис. 204, б) представляет собой съемную пластинку, суживающуюся к острию и заканчивающуюся предохранительной «пуговкой». На противоположном конце штыка имеются два отверстия для крепления его у дульной части винтовки. Штык должен обладать достаточной эластичностью и при сгибе не иметь остаточной деформации.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПРИВЕТСТВИЕ

Положение «смирно» — обычная стойка, принимаемая по команде «смирно». Приклад карабина стоит на земле всей плоскостью затылка и касается носка правой ноги; магазин направлен вперед. Карабин поддерживается правой, свободно опущенной рукой: большим пальцем за ствольную часть, а остальными с другой стороны за цевье (рис. 205). Фехтовальная маска держится левой рукой на высоте груди

После представления старшим судьей судьям и зрителям фехтовальщики для приветствия одновременно поднимают карабины, огибая правую руку в локте так, чтобы кисть приблизилась к подбородку, а локоть оказался в одной горизонтальной плоскости с кистью: карабин в вертикальном положении, штык вверх, магазинная коробка влево. Затем с одновременным поворотом головы рука с карабином выпрямляется в сторону старшего судьи и после короткой паузы возвращается в предыдущее положение приветствия. В дальнейшем таким же движением бойцы приветствуют судей и зрителей с другой стороны и, наконец, друг друга (рис. 206). Движения салюта выполняются с небольшим наклоном карабина в сторону приветствия. После окончания приветствия оба участника принимают стойку «смирно». В тренировочном бою в случае отсутствия судей участники приветствуют только друг друга.



Рис. 205. Положение «смирно»

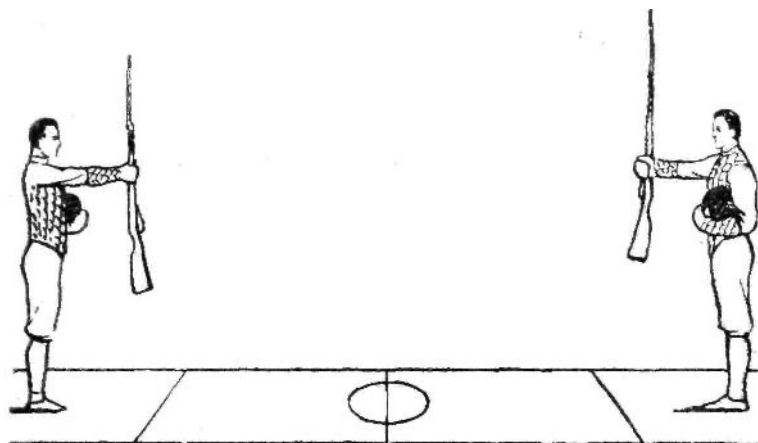


Рис. 206. Приветствие

БОЕВАЯ СТОЙКА И ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

Боевая стойка (рис. 207). Для перехода из основной стойки в боевую следует на носке левой и каблуке правой ноги сделать полповорота направо с небольшим отведением вооруженной руки назад и, не приставляя левой ноги, вынести ее на две ступни вперед; одновременно наклоняя карабин, послать его правой рукой вперед по кратчайшей линии и подхватить левой сбоку (большой палец сверху) выше нижнего ложевого кольца, а правой — за шейку приклада. Вместе с этим равномерно согнуть ноги в коленях так, чтобы колено впереди стоящей ноги было над подъемом, а сзади стоящей — над носком ступни; пятки ног находятся на боевой линии; вертикаль общего центра тяжести фехтовальщика немного смещена вперед от центра площади опоры.

В положении боевой стойки туловище близко к вертикали, с незначительным сгибом в поясничном отделе позвоночного столба в сторону партнера, правое плечо несколько отведено назад, чем достигается большая профильность стойки, служащая сокращению поражаемого пространства. Левая рука согнута, локоть ее направлен

вниз, что способствует прикрытию левого бока, предплечье параллельно земле; правая кисть — впереди и выше паха. Острие штыка расположено на линии левого глаза и на уровне шеи. Магази́нная коробка обращена вниз и несколько вправо. Лицо повернуто в сторону партнера.

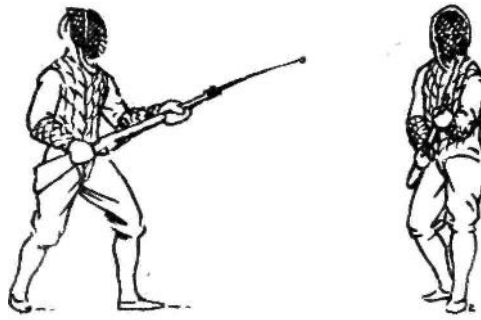


Рис. 207. Боевая стойка

Возвращение из боевой стойки в основную происходит в обратной последовательности.

Возможные ошибки в положении боевой стойки: 1) в положении ног и корпуса — те же, что и в рапире (учитывая разносторонность стоек); 2) в держании оружия — левая рука близко к дульному обрезу или к магазинной коробке; локоть отведен влево; правая рука — локоть натравлен вправо; штык отведен назад так, что кулак левой руки касается корпуса; 3) общая закрепощенность, и особенно мускулатуры рук.

Подготовленные разрядники-штыкисты из-за тактических соображений часто отходят от описанной типовой стойки: держат карабин со штыком, отведенным влево и опущенным ниже приклада; у других острие штыка находится на уровне шеи и против груди и т. п. Наряду с этим допускаются сокращения стойки, изменения положения туловища и ног.

Положение «вольно» употребляется для кратковременного отдыха в процессе урока: в строевой стойке по команде «Вольно!» следует ослабить в колене левую или правую ногу, в боевой стойке занимающийся выпрямляет ноги и опускает руки с карабином свободно вниз.

Передвижения во время боя на карабинах с эластичными штыками те же, что и при фехтовании на других видах оружия. В технике исполнения следует учитывать, что они производятся в противоположных легким видам оружия стойках.

ПОЗИЦИИ, СОЕДИНЕНИЯ И ИХ ПЕРЕМЕНЫ

Кроме типового положения оружия в боевой стойке, обязательного при первоначальном обучении фехтованию на карабинах, существуют четыре номерные позиции, которые в зависимости от их применения имеют разное тактическое назначение: при обучении защитным действиям — как конечное положение отбивов, при ведении боя — как вызовы, приглашения противника на желательные для защищающегося действия или как средство маскировки своих намерений («игра оружием»).

В фехтовании на карабинах применяются следующие позиции: первая — правая нижняя, вторая — левая нижняя, третья — левая верхняя и четвертая — правая верхняя.

Первая позиция, или правая нижняя (рис. 208). Рабочая часть оружия (штык, цевье) находится в первом секторе поражаемого пространства. Штык значительно ниже приклада, острие — на линии наружной стороны бедра правой ноги. Магази́нная коробка обращена вправо, немного вверх.

Правая рука без существенных изменений, локоть в сравнении с основным положением оружия приподнят несколько вверх и отведен вправо, левая значительно разогнута, кисть ее на уровне пояса. Эта позиция употребляется редко.

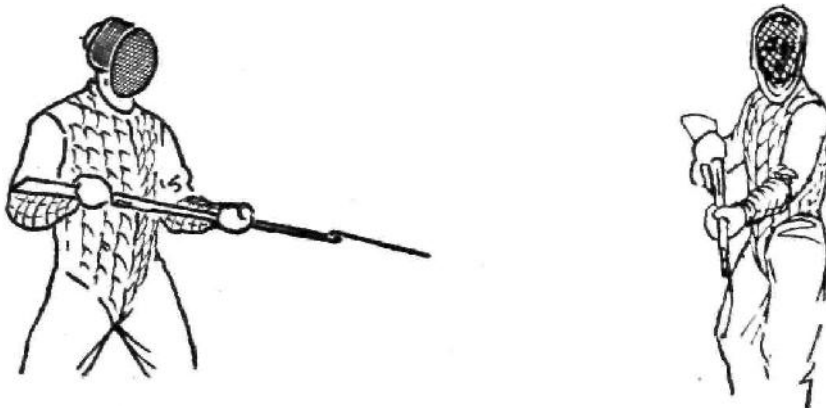


Рис. 208. Первая позиция, или правая нижняя

Вторая позиция, или левая нижняя (рис. 209). Рабочая часть оружия расположена во втором секторе поражаемого пространства. Штык немного ниже приклада отклонен влево-вниз на уровень середины левого бедра и значительно заходит за край поражаемого пространства; карабин развернут магазинной коробкой вперед-вправо. Левая рука слегка согнута, правая остается почти в неизменном в сравнении с боевой стойкой положении. Часто применяется в целях вызова.

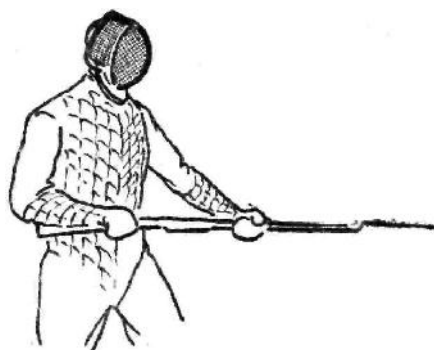


Рис. 209. Вторая позиция, или левая нижняя



Рис. 210. Третья позиция, или левая верхняя



Рис. 211. Четвертая позиция, или правая верхняя

Третья позиция, или левая верхняя (рис. 210). Положение оружия аналогично боевой стойке, но острие штыка находится против правого уха, а не против левого глаза.

Четвертая позиция, или правая верхняя (рис. 211). Оружие находится в четвертом секторе. Конец штыка против правого плеча на уровне подбородка. Карабин расположен вдоль правой границы поражаемого пространства, магазинная коробка направлена вниз. Левая рука в сравнении с основной, третьей, позицией незначительно выпрямлена, правая без существенных изменений. Часто применяется в целях вызова — приглашения.

При всех позициях положение корпуса и ног фехтовальщика остается неизменным.

Следует помнить, что позиция в колющих видах оружия сама по себе не закрывает ни один сектор поражаемого пространства.

Перемена позиций может совершаться по кратчайшим прямым путям и по путям защитных движений карабина, обеспечивающих отбив оружия атакующего противника. Поэтому, чтобы закрепить защитные навыки, перемены позиций в курсе начальной подготовки фехтовальщика следует производить по путям принятия защит (рис. 212), о технике которых будет подробно сказано ниже.

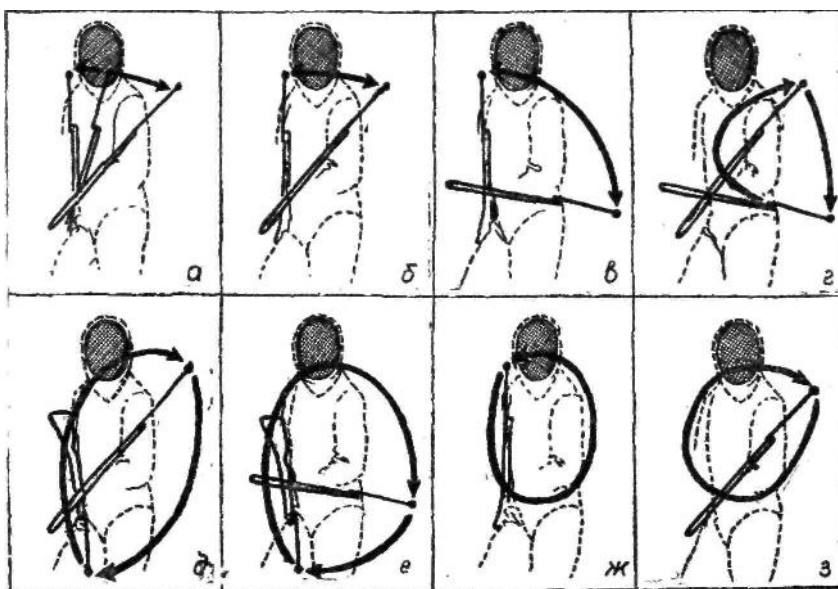


Рис. 212. Пути движения карабина со штыком при перемене позиций и защитах

Соединения. Дистанция ведения боя на карабинах больше, чем на других видах оружия, что объясняется возможностью глубокого посылы оружия вперед за счет скольжения карабина по ладони руки. Поэтому большинство схваток начинается из положения «вне соединения». Однако в процессе обучения и тренировочной работы соединения находят частое применение для установления стандартных взаимоположений между оружием двух фехтующих в средней и ближней дистанциях.

В фехтовании на карабинах различают три соединения. Третье сединение — соприкосновение левых

(внутренних) сторон оружия двух фехтующих в верхних линиях. Четвертое соединение — оружие соприкасается правыми сторонами в тех же линиях. Первое соединение — оружие соприкасается правыми сторонами в нижней линии.

Наиболее употребительны третье и четвертое соединение; второе соединение встречается в практике учебно-тренировочной работы как исключение, а первое соединение, как практически невозможное из-за противоположных направлений штыков в первых позициях, в обучении и боях не встречается.

Схема перемены соединений в фехтовании на карабинах принципиально не отличается от перемены соединений в рапирном фехтовании.

Перемены соединений и овладение ими используются в бою в целях разведки и маскировки, а также создания выгодных положений для своего оружия.

УКОЛЫ

В зависимости от дистанции и взаиморасположений оружия, возникающих в процессе схватки двух фехтующих, по технике исполнения различают следующие виды уколов.

Короткий укол (рис. 213)

Назначение его разнообразное. Он может применяться как ответный укол после отбитой атаки противника, вошедшего в сверхближнюю дистанцию, как подготовительное упражнение к уколу одними руками (показ укола) и, наконец, в качестве обманного движения при выполнении сложных атак с финтами. Техника выполнения короткого укола несложна. Из боевой стойки, не меняя места держания, карабин обеими руками посылается вперед, сохраняя штык и приклад в одной линии движения до полного разгибания левой руки. Конечное положение при уколе: карабин сохраняется в наклонном положении, место утыкания несколько выше острого края приклада, магазинная коробка направлена вниз, левая рука вытянута в направлении точки укола, правая, не меняя хвата, подана несколько вперед (рис. 213).

Возможные ошибки при выполнении короткого укола: 1) поднимание правой руки, в результате чего штык «ныряет» вниз; 2) предварительное отведение рук назад (замах неизбежен только при исполнении ответного укола, в случае если штык обороняющегося уведен за границу поражаемого пространства).

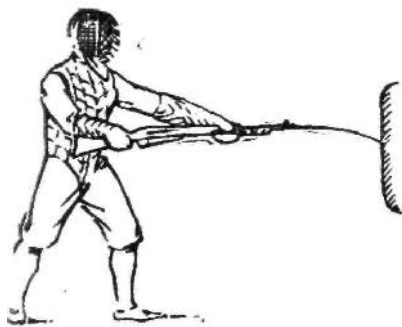


Рис. 213. Короткий укол

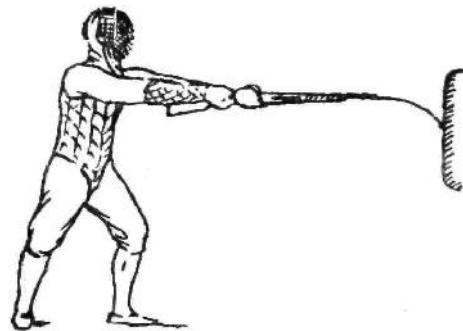


Рис. 214. Укол одними руками

Укол одними руками (рис. 214)

В боевой стойке этот укол наиболее часто используется как ответный укол после отраженной атаки противника, в качестве контратаки; стоя на выпаде в целях нанесения отвечающему противнику контррипоста.

Выполняется также с ближней дистанции, но при большем отдалении фехтующих, чем это имеет место при уколе одними руками.

Карабин после предварительного выполнения предыдущего движения (короткого укола) посылается без задержки правой рукой прямо вперед по ладони левой, направляющей укол, руке. Обычно скольжение карабина по ладони заканчивается в момент утыкания штыка. В зависимости от вариативности ближней дистанции поддерживающая левая рука фиксирует винтовку на крышке магазинной коробки, не доходя до нее, или в случае предельной дистанции скольжение винтовки продолжается до подхвата левой руки правой. В последнем случае выполнение укола сопровождается наклоном туловища вперед и «незначительным поворотом его влево до положения грудью вперед. В связи с этим вертикаль общего центра тяжести приближается к впереди стоящей ноге. Конечное положение оружия зависит и от места нанесения укола: при поражении в грудь карабин в горизонтальном положении, руки прямые на высоте плеч, острая часть приклада ниже подбородка, штык прогнут вверх. При уколах в нижние линии карабин соответственно меняет свое направление.

Возможные ошибки при выполнении укола одними руками: 1) ошибки короткого укола, 2) снятие с цевья кисти левой руки, в результате чего теряется управление штыком, 3) чрезмерное поднимание приклада вверх, ведущее к наложенному уколу, 4) выпрямление ног во время укола, 5) левая рука бездействует или скользит по цевью назад.

Укол с выпадом

Укол с выпадом (рис. 215) является основным приемом атаки во всех ее тактических разновидностях; проводится со средней, а в некоторых случаях и с дальней дистанции. В этой связи при одинаковой структуре выпада он должен быть вариативным по длине и по скорости исполнения, а в некоторых случаях и по технике. Описание этих особенностей дается в соответствующих разделах главы.



Рис. 215. Укол с выпадом сзади стоящей ноги

Техника выполнения укола прямо с выпадом состоит из движений рук и туловища, аналогичных движениям при уколе одними руками, но удлиненных выпадом впереди стоящей ноги. Координация движений рук и ног та же, что и в рапире, но опережение движения штыка менее явственно. Это объясняется более длинным путем, который проходит конец штыка при скольжении карбина по ладони левой руки.

В связи с тем, что в уколе участвуют обе руки, в конечном положении фехтовальщика, стоящего на выпаде, туловище наклонено вперед не боком, а грудью.

Как и в легких видах оружия, на карбинах с помощью только выпада можно достать противника, находящегося на дальней дистанции. Для этого применяется прыжковый выпад, техника которого описана в четвертой главе.



Рис. 216. Укол с выпадом сзади стоящей ноги

В фехтовании на карбинах, преимущественно в повторных атаках после выпада левой ногой или в ответных атаках на стремительно уходящего с выпада противника с целью предельно длинного посылы оружия вперед, применяется выпад правой (сзади стоящей) ногой (рис. 216). Выполняемый из боевой стойки, он начинается с того, что фехтовальщик переносит тяжесть тела на левую ногу и толчком правой ноги, опираясь на полусогнутую левую ногу, выносит правую вперед. При прохождении ее за линию левой ноги последняя резко разгибается в коленном суставе и создает дополнительное ускорение движущемуся вперед корпусу. Выпад завершается приземлением правой ноги на пятку с последующим опусканием ее на всю ступню и полным выпрямлением левой ноги, переходящей на основание пальцев, пяткой вверх. Активный посыл карбина вперед осуществляется после прохождения правой ногой линии опоры левой. Наиболее распространенной ошибкой при выполнении выпада правой является движение замаха оружием и преждевременное разгибание левой ноги.

В методике тренировки следует уделять особое внимание разнообразной длине обоих видов выпада, добиваясь от ученика, чтобы он с одинаковым успехом владел четвертьвыпадом, полувыпадом и сверхрастянутым прыжковым выпадом со скольжением ступни правой ноги вперед при непременно вытянутых руках с оружием в конечном положении в любом из этих вариантов.

Закрытие или принятие боевой стойки из положения выпада как с левой, так и с правой ноги может происходить вперед и назад и диктуется тактической обстановкой, возникающей в результате боевой схватки. При уходе в боевую стойку работа ног происходит в обратной последовательности элементов выпада. При выпаде впереди стоящей ногой уход ничем не отличается от ухода из положения выпада, применяемого в фехтовании на легких видах оружия.

Закрытие назад из положения выпада правой осуществляется следующим образом: правая нога, сильно толкаясь назад с одновременным сгибанием сзади стоящей ноги, проносится мимо согнутой левой ноги и ставится на расстоянии двух ступней сзади от нее. Этому способствует и движение корпусом назад с поворотом направо. Окончательному принятию боевой стойки предшествует занятие карбином боевой позиции, для чего карбин резким движением правой руки подается назад по ладони левой руки до момента, когда левая рука зафиксирует карбин выше нижнего ложевого кольца.

Закрытие вперед представляет более легкий для выполнения прием закрытия, так как центр тяжести тела находится в районе опорной ноги. Силою толчка носком стопы левая нога проносится вперед и с одновременным разворотом правой ноги на пятке ставится впереди нее на две ступни.

Ошибки: при закрытии вперед и назад штык берется на себя до касания корпуса предплечьем левой руки.

Укол переводом

Это широко применяемый укол во всех тактических разновидностях атак и ответов. Поводами для перевода в бою могут служить нажимы оружием противника, попытки его совершить батман или захват, а также его страхующие от контратаки и ответа прямо движения. Основное назначение перевода — поразить противника в сектор, противоположный первоначальному направлению штыка, а показ перевода является одной из разновидностей обманных действий в сложных атаках. Характерным моментом для перевода является положение оружия, при котором штык делающего перевод ниже штыка партнера.

Перевод совершается движением карабина вперед с одновременным обведением оружия противника (из верхних положений оружия — снизу, из нижних — сверху), в результате чего штык движется по сильно растянутой спирали. В выполнении перевода участвуют обе руки: в начале выпрямления рук левая кисть немного опускается, а правая соответственно поднимается, вследствие чего создается вращательное движение карабина вокруг условной точки между хватом рук, и штык опускается. Это движение сопровождается некоторым наклоном корпуса вперед и перемещением общего центра тяжести на левую ногу. В дальнейшем, в зависимости от сектора перевода, карабин движется по ходу или против хода часовой стрелки. При этом собственно перевод совершается в области левой руки противника, после того как левая нога покинет точку опоры. Движение штыком при переводе должно быть предельно узким и глубоким.

Возможные ошибки при переводе: 1) замах; 2) большая амплитуда движения и отсутствие глубины перевода вследствие преждевременной перемены линии укола.

Укол переносом

Назначение этого приема то же, что и укола переводом, но применение его в бою, в связи со сложностью техники и необходимостью большого замаха, менее распространено. Характерным является положение оружия, при котором штык совершающего перенос выше штыка партнера, поэтому штык движется не под оружием противника, а через него.

Перенос выполняется сгибанием левой руки в локте и одновременным разгибанием правой руки вперед-несколько вниз, в результате чего штык приподнимается на высоту, необходимую для переноса острия оружия партнера. После перемены направления укола обе руки посылают оружие вперед до утыкания штыка.

В зависимости от дистанции перенос и перевод могут выполняться уколом одними руками, с выпадом и реже — коротким уколом.

Возможные ошибки при переносе: 1) замах больший, чем это необходимо для обноса штыка; 2) в конечный момент нет посылы оружия правой рукой вперед, что ведет к некачественному утыканию («накладка») штыка прогибом вниз.

ПРОСТЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ

АТАКИ

Простые атаки выполняются тремя способами: прямо, переводом, переносом в любой из четырех секторов поражаемого пространства. При простой атаке особое значение имеет максимальная скорость выполнения и внезапность, обеспечиваемая очень тщательной тактической подготовкой. Поэтому, несмотря на техническую несложность, простая атака достигает успеха чаще всего у опытных штыкистов.

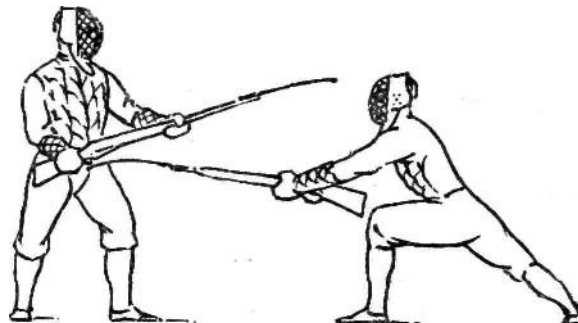


Рис. 217. Укол снизу

В атаке в связи с тем, что бой ведется на дальней, реже на средней дистанции, большое значение имеет борьба за дистанцию, вследствие чего уколы применяются обыкновенно с предварительным сближением шагом вперед и разным по величине выпадом. В атаке выпадом правой ноги пользуются крайне редко, так как, несмотря

на кажущееся преимущество в быстром сокращении дистанции, начало такой атаки очень заметно и атаковавший оказывается в положении крайне неудобном для ведения ближнего боя.

В простой атаке, помимо техники, описанной выше, фехтовальщики старших разрядов применяют некоторые дополнительные приемы, выработанные практикой. К таким приемам относится укол снизу (рис. 217), успешно используемый многими штыкистами против предпочитающих высокую боевую стойку. В этом случае атакующий, посылая оружие прямо, переводом или переносом в точку укола, в последний момент опускает правой рукой приклад карабина вниз так, чтобы оружие приняло наклонное положение. В результате, даже при своевременной реакции защищающегося, его привычная защита вовремя не парирует укол.

Общим характерным моментам для выполнения простых атак является прогрессивное нарастание скорости до максимальной во время прикосновения штыком к поражаемому пространству.

Учитывая, что скорость и простота составляют основу современного фехтовального боя, освоению простых атак в тренировке штыкиста должно уделяться особое внимание.

ПОВТОРНЫЕ АТАКИ

Повторные атаки имеют то же тактическое назначение, что и в фехтовании на классических видах оружия, но, как правило, они преднамеренны и вытекают из предварительного изучения манеры боя противника. Из трех случаев повторной атаки в фехтовании на карабинах наиболее часто применяется вариант на уход противника, рассчитанный на потерю обороняющимся бдительности после первой атаки в момент восстановления боевой стойки.

Технические особенности выполнения первой атаки должны обеспечивать убедительность наступательного действия, возможность перехвата ожидаемого ответа обороняющегося противника и создать обстановку для мощного, взрывного движения в самой повторной атаке.

Из этих соображений первый выпад делается не на предельной скорости, несколько укороченным по длине, что обеспечивает легкость дальнейшего закрытия, а оружие посылается вперед до положения показа укола или с незначительным продвижением карабина по левой руке с тем, чтобы в случае ответа противника перехватить его. Корпус более вертикален, чем это имеет место при действительной атаке. Не достав отступившего противника, фехтовальщик обязательно возвращает карабин в боевое положение с одновременным подставлением правой ноги вперед и, не задерживаясь, повторно атакует в зависимости от взаиморасположения оружия прямо, переводом или переносом. Характер сближения в повторной атаке диктуется степенью разрыва дистанции отходящим противником.

Повторную атаку можно выполнить после неглубокого выпада левой ногой при значительно наклоненном, в сравнении с первым вариантом, корпусом и не закрываясь вперед. Для этого повторный выпад делается не левой, а правой ногой в соответствии с техникой, описанной выше. Карабин в момент прохождения правой ноги через линию опорной левой так же, как и в первом случае, занимает положение изготровки к бою.

Возможные ошибки при повторных атаках: 1) слишком длинный выпад в первой атаке, грозящий получением укола в ответ и затрудняющий переход в повторную атаку; 2) недостаточное стопорящее движение выпадающей ноги в повторной атаке, в результате чего боец в случае неудачи теряет возможность эффективно продолжать бой; 3) сильный замах оружием при закрытии вперед.

Повторная атака сдвоенным уколом на сложный ответ при меняется реже, чем первый вариант атак этого типа. Успешное проведение этого приема, несмотря на его техническую простоту, целиком зависит от правильного распознавания замыслов обороняющегося противника. Выполняется только прямым уколом, оставаясь на выпаде или уходя с выпада. В обоих случаях оружие атакующего, выведенное защитой противника за пределы поражаемого пространства на первое обманное движение ответа, незначительным движением рук возвращается в первоначальное положение с нанесением повторного укола,

Повторная атака на отсутствующий или задержанный ответ в практике работы спортсменов высших разрядов встречается редко и, как правило, сочетается с первым вариантом повторной атаки.

В этом случае после неудавшейся первой атаки из-за за щиты противника, стоя на выпаде, следует одновременно с энергичным смещением правой рукой оружия на себя, подхватив левой рукой карабин выше нижнего ложевого кольца, произвести перевод и, воспользовавшись отсутствием ответа, колоть противоположный первой атаке незащищенный сектор. В этом варианте уколы прямо не имеют места. В вольных боях встречаются разновидности повторных атак, состоящие из сочетаний описанных выше типовых случаев.

КОНТРАТАКИ

Контратака в основе не отличается по технике выполнения от основной атаки.

Поводом для успешного проведения контратаки служит начало шага вперед атакующего противника или его сложная атака. В первом случае контратака проводится с выпадом, во втором может быть осуществлена и уколом одними руками, стоя на месте, с шагом назад или с другими движениями ног и туловища.

Поражают в контратаке чаще всего выступающую вперед часть тела атакующего — грудь, при атаке в нижние сектора возможна контратака с одновременной страховкой своего корпуса от укола вольтом назад. Особенно успешно контратаки выполняются в момент преждевременного обмана, осуществляемого атакующим с движением левой ногой при шаге вперед.

Контратаки выполняются уколом прямо (против атак с обманами), переводом и переносом (против атак с действием на оружие и атак со страховкой). В случае атаки с захватом или батманом, направление которых

улавливается, следует контратаковать уколом переводом в противоположном направлении. Атакующего противника, совершающего действие на оружие в нераспознанную сторону, выгоднее контратаковать переносом.

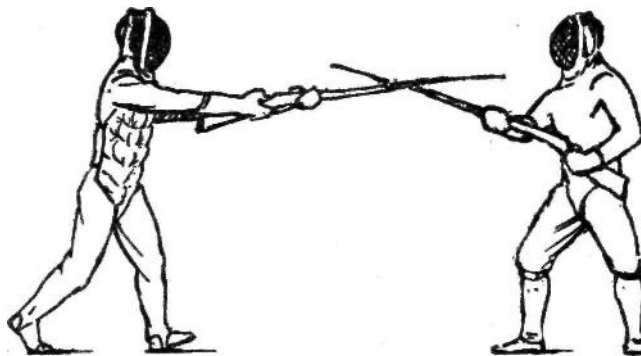


Рис. 218. Отбив влево бойца в противосторонней стойке

Во всех случаях проведения контратаки необходима особая бдительность по отношению к началу атаки противника. Контратаку можно успешно выполнить и на простую атаку при обязательном условии неполучения укола контратакующим. Это возможно только в случае применения им оппозиционного укола и специальных приемов — вольтов — контратак с одновременным уведением корпуса от укола противника в сторону.

В фехтовании на карбинах имеют место и специфические приемы контратаки, техника которых дается ниже.

Контратака одной рукой с переменной стойки назад (рис. 219). В начале атаки противника контратакующий из боевой стойки толчком впереди стоящей ноги назад-влево с поворотом корпуса на носке правой на 180° занимает положение боевой стойки, но правой ногой вперед и левой рукой, опущенной вниз. Одновременно с небольшим наклоном корпуса вперед правая рука посылает карбин вперед в точку укола. Этот прием может быть выполнен, оставаясь на прямых ногах с перемещением на правую; левая нога опирается на основание пальцев, пятка приподнята.

Преимущество этого приема в том, что, не изменяя длины контратакующего укола, боец более чем на полметра разрывает дистанцию. Недостатком же является крайне невыгодное положение в случае отбива укола в контратаке.

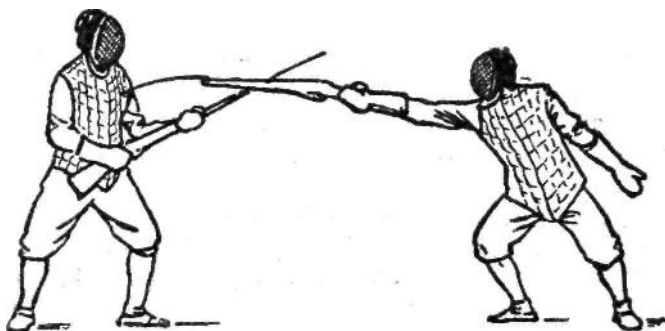


Рис. 219. Контратака с переменной стойки назад

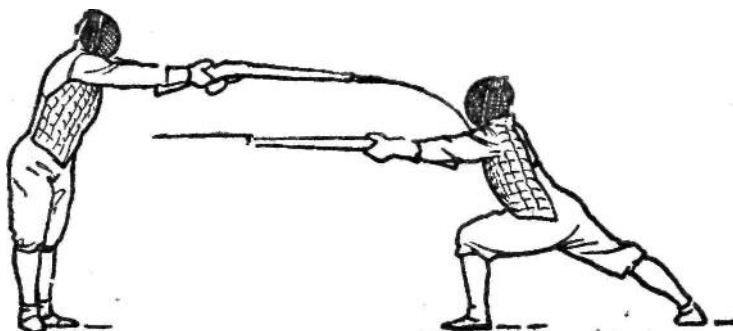


Рис. 220. Контратака с уклонением назад

Контратака с уклонением назад (рис. 220) применяется после вызова противника на основную атаку в нижние сектора поражаемого пространства. В момент атаки следует послать оружие вперед до положения укола одними руками и одновременным поворотом на носке сзади стоящей ноги приставить левую ногу к правой. Укол одними руками совершается с наклоном корпуса вперед в верхнюю часть поражаемого пространства.

Недостаток обоих видов контратак заключается в незащищенности контратакующего в случае отбива его оружия и продолжения действий наступающим противником.

Контратака с уклонением вниз наиболее успешно выполняется бойцом на противника, атакующего в

верхние сектора. Контратакующий уклоняется от укола нырком вниз или вправо-вниз с одновременным нанесением укола одними руками или короткого укола снизу. Это движение сопровождается приседанием в боевой стойке, выпадом вперед или отставлением правой ноги назад. Преимущество этого вида контратаки состоит в создании неожиданной ситуации для атакующего и в значительном сокращении площади поражаемого пространства контратакующего бойца.

ОТВЕТНЫЕ АТАКИ

Ответная атака в фехтовании на карбинах с эластичными штыками не имеет отличия от выполнения ее на легких видах оружия. Преимущество этого вида атаки заключается в том, что атаковавший часто оказывается не готовыми к защитным мерам и ответная атака застает его врасплох.

Ответной атаке предшествует быстрое отступление в виде скачка назад, и на закрытие атакующего вперед или назад обороняющийся немедленно производит ответную атаку в зависимости от дистанции — прямо, переводом или переносом.

ЗАЩИТЫ

Наиболее действенным защитным средством при отражении атаки является резкий, короткий удар по карабину противника в последний момент его нападения, когда направление укола достаточно определено. Такой удар называется отбивом.

Отбив производится с таким расчетом, чтобы, отбросив оружие противника по кратчайшему пути точно в сторону и, выведя, таким образом, штык из границ поражаемого пространства, поставить себя в наивыгоднейшее положение для ответного укола.

В противовес отбиву защита-перехват выполняется в начале движения штыка на укол в момент, когда еще не распознано направление атаки противника, и состоит в легком, но четком прикосновении к карабину атакующего.

Отбивы производятся, как правило, дульной частью оружия, реже — сильной частью клинка; на сближенных дистанциях отбив может быть произведен и цевьем карабина. По силе все отбивы должны быть достаточными для выведения штыка противника из границ поражаемого пространства, по амплитуде они не должны заходить за границы соответствующей позиции.

В процессе выполнения отбива держание карабина должно быть мягким и свободным: соприкосновение оружия с карабином атакующего противника сопровождается сжиманием пальцев и мгновенной фиксацией карабина для преодоления инерции защитного движения и переключения направления движения на рипост.

Простые защиты по форме движения клинка подразделяются на прямые, полукруговые и круговые. Переход из одной позиции в другую, заканчивающийся отбивом, является простой защитой. Позиции, описанные в разделе «Основные положения и передвижения», являются конечными положениями защит,

В зависимости от распознавания тактических замыслов атакующего противника, от скорости его атаки и от предатаковой дистанции между фехтующими отбив может быть произведен на месте, чаще с шагом назад и реже с шагом вперед.

Во всех защитах основное движение совершает левая рука с существенной помощью правой. В отбиве вниз-вправо и круговых защитах участие обеих рук равноценно. В любом защитном движении левая рука с большей амплитудой действует в противоположном направлении правой руке; в результате действия пары сил создается момент вращения по отношению к точке карабина, лежащей между хватом.

Ниже дается описание защит из положения оружия в боевой стойке и из номерных позиций, наиболее употребительных у штыкистов.

Первый отбив, или отбив вниз-вправо (рис. 221), применяется для защиты от укола противника, направленного в правый нижний сектор.

Отбив вниз-вправо выполняется по преимуществу дульной частью карабина при полукруговом его движении влево—вниз-вправо—вперед до положения первой позиции (см. рис. 212, д, е). При этом кисти рук движутся по окружности, но в противоположных направлениях.

Типичные ошибки: 1) правый локоть выше приклада; 2) левая рука разогнута до отказа.

Второй отбив, или отбив вниз (рис. 222), применяется при попытках атакующего поразить уколом левую нижнюю часть туловища. Атака в этот сектор в современном бою штыкистов распространена, в связи с чем этот отбив приобретает особое значение. Он выполняется посылкой левой руки вниз, правой немного вверх, с незначительным поворотом в лучезапястных суставах карабина магазином вперед с таким расчетом, чтобы, ударив по оружию противника вниз, опустить при этом конец штыка своего оружия не ниже бедра противника (см. рис. 212, в, г).

Возможные ошибки при выполнении первого и второго отбивов: 1) выпрямлены обе руки; 2) конец штыка значительно ниже приклада.

Третий отбив, или отбив влево (рис. 223), применяется от уколов в левый верхний сектор. Этот вид отбива весьма распространен, так как левая часть груди представляет собой наиболее выдающуюся часть поражаемого пространства штыкиста.

Из четвертой позиции и близких к ней положений третий отбив выполняется цевьем карабина при прямом движении оружия влево-немного на себя с поворотом его в лучезапястных суставах до положения магазинной коробкой вправо-вниз, в третью позицию (см. рис. 212, а, б и рис. 218).

Из нижних позиций третий отбив выполняется тлукруговым движением карабина вправо—вверх—влево до

положения третьей позиции. Карабин перемещается левой рукой при небольшом в противоположном направлении движении правой руки. Отбив завершается движением кисти левой руки влево и незначительным сгибанием рук в локтевых суставах на себя (см. рис. 212, г, д).

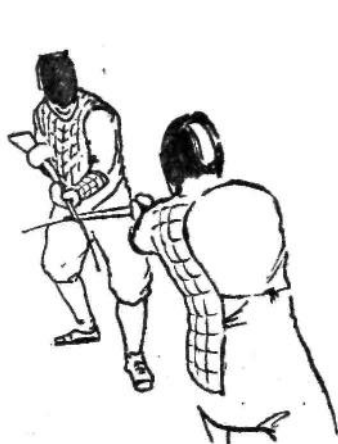


Рис. 221. Первый отбив, или отбив вниз-направо



Рис. 222. Второй отбив, или отбив вниз



Рис. 223. Третий отбив, или отбив влево



Рис. 224. Четвертый отбив, или отбив вправо

Четвертый отбив, или отбив вправо (рис. 224), применяется при попытках атакующего колоть в верхнюю часть туловища, когда карабин находится в нижней или левой верхней позиции.

Из третьей позиции или близких к ней положений четвертый отбив выполняется дульной частью карабина или сильной частью штыка движением левой руки при вспомогательном участии правой. Оружие посылается вправо и несколько вперед с незначительным поворотом магазинной коробкой вниз до положения четвертой позиции. Левая рука, перемещаясь вправо, разгибается в локтевом суставе, но не до полного выпрямления, кисть при этом слегка пронирует (см. рис. 212, а, б).

Из нижних позиций отбив вправо выполняется полукруговым движением штыка: из второй позиции вверх-вправо (см. рис. 212, в) и из первой позиции влево—вверх—вправо.

В ближнем бою по преимуществу для защиты правого и левого верхних секторов применяется отбив цевьем (рис. 225). Из положения четвертой позиции сгибанием левой и разгибанием правой рук делается отбив цевьем (как правило, с приседанием) оружия атакующего противника. В конце отбива карабин занимает более высокое и вертикальное положение острием штыка вверх, затылком приклада вниз.

Круговые защиты в фехтовании на карабинах применяются в сторону, ближайшую к границам поражаемого пространства, когда оружие атакующего движется близко к линии соединения. В противном случае в процессе отбива возможно наведение штыка противника на противоположный защищаемый сектор. Из этих соображений круговые защиты, как правило» применяются в сочетании с шагом назад, который и позволяет выиграть время для своевременного завершения карабином кругового защитного движения. Исключение составляют атаки со страховкой круговым отбивом, при которых защитное движение оружием должно значительно опережать поступательное движение ног.

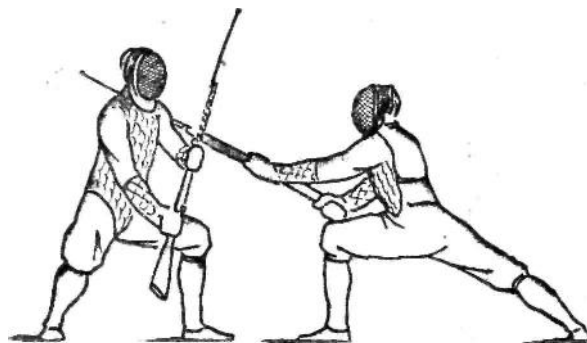


Рис. 225. Отбив цевьем

Круговые защиты применяются сравнительно редко, по преимуществу из положений карабина штыком выше приклада. Круговым отбивом вниз пользуются как исключение только некоторые мастера.

Круговой отбив влево (круг три) (см. рис. 212, з) производится из третьей позиции или близкого, к ней положения карабина движением левой руки вокруг штыка противника вниз по кругу (вниз-вправо, вверх-влево) при активном в противоположном направлении движении правой руки. В результате согласованной работы обеих рук штык защищающегося движется по растянутому кругу — эллипсу, удлиненная ось которого наклонена влево.

Круговой отбив вправо (круг четыре) (см. рис. 212 ас) осуществляется из четвертой позиции и близкого к ней положения карабина при направлении атаки в четвертый сектор обороняющегося. Осуществляется при

помощи движения штыка по эллипсу вниз—влево—вверх—вправо соответствующим движением обеих рук.

Возможные ошибки при выполнении круговых отбивов: 1) отбивы совершаются только левой рукой; 2) путь движения штыка по эллипсу вытянут горизонтально; 3) штык заходит за границы поражаемого пространства.

Некоторые мастера, имея в своем арсенале все защиты, из тактических соображений эффективно используют преимущественно два отбива: при нормальной стойке—четвертый (от уколов внутрь) и второй (от уколов вниз и кнаружи); при низкой стойке — третьей и четвертой защитами. Эти защиты при вариативности их выполнения и соответствующей подготовке могут отразить угрозы во все части поражаемого пространства.

ОТВЕТЫ И ОСОБЕННОСТИ ЗАЩИТ ОТ НИХ

Все способы уколов, применяемые в основной простой атаке (прямо, перевод, перенос), могут употребляться в качестве ответов, в зависимости от создавшейся дистанции, коротким уколом, уколом одними руками или уколом с выпадом, техника которых описана выше.

Ответ после отбива в фехтовании на карабинах, как правило, трудно отразим, что объясняется невыгодностью положения рук и карабина после отраженной атаки.

При защитах с шагом вперед или на месте ответ выполняется короткими уколами при отбивах с небольшим шагом назад, как правило, рипостирующий колет одними руками; при значительном разрыве дистанции или попытке атакующего уйти с выпада защищающийся наносит рипост с выпадом левой или же, редко, правой ноги.

Против бойцов, страхующихся от ответов уколом прямо, или при попытке умышленного сближения после неудавшейся атаки применяются ответы с переводом, реже с переносом. В первом случае рипост делается на месте или с небольшим выпадом на противника, который одновременно со страховкой оружием начинает уход с выпада; во втором — с переменной линии, с шагом назад или, стоя на месте, коротким уколом с замахом.

Выполнение контрответов на карабинах затруднено, так как конечное положение рук и карабина атакующего после отбива противника крайне неудобно для выполнения контрзащиты, являющейся исходным моментом для нанесения контрответа. Для принятия контрзащиты требуется переменить место держания карабина левой рукой и начать движение ухода с выпада. Первое осуществляется резким сгибанием правой руки, вследствие чего возникает обратное скольжение цевья карабина по ладони левой руки с одновременным сгибанием ее в направлении отбива. Таким образом, при быстром выполнении ответа отбив приходится выполнять при не закончившемся еще скольжении по ладони левой руки, вследствие чего теряется четкость в управлении оружием и защита выполняется с большим выходом штыка за границы тела.

Действия на непреднамеренном контрответе у штыкистов не имеют широкого распространения. Исключение составляют преднамеренные, тактически обоснованные варианты. В этом случае в ложном выпаде штыкист только показывает укол (возможен вариант с началом скольжения карабина по ладони левой руки), в поступательном движении оружия немедленно перехватывает ответ и наносит контррипост.

Как вариант пассивной, вынужденной защиты от ответа противника может применяться отбив прикладом (рис. 226).

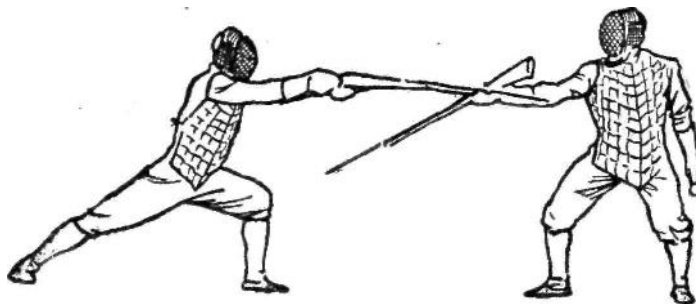


Рис. 226. Защита прикладом

СЛОЖНЫЕ ДЕЙСТВИЯ НАПАДЕНИЯ И ОБОРОНЫ СЛОЖНЫЕ АТАКИ

Атаки с обманом

В фехтовании на карабинах с эластичными штыками атаки с обманами имеют широкое применение. Этот вид атак употребляется для нанесения укола противнику, который успешно защищается от простых атак. Объясняется это тем, что сравнительная легкость обороны при помощи защит способствует их явному преобладанию над другими защитными средствами.

Обман, составляющий первое движение атаки этого типа, выполняется с целью вызова противника на защитное движение. Поэтому обман следует делать так, чтобы противник принял его за начало действительной, простой атаки и вынужден был защищаться. Для этого обманное движение выполняется так же, как начинается любая простая атака: активным и угрожающим показом укола прямо, переводом или переносом в начале выпада. Завершающий укол, выполняемый в обход защиты противника от обмана, наносится или переводом, или переносом в конце выпада.

Применяются все атаки с обманами, возможные для рапиры (см. главу четвертую). Лишь атаки удвоенным

переводом используются сравнительно редко вследствие малого употребления штык-ками круговых защит. Кроме того, в отличие от фехтования на рапирах первый обман делается как уход от оружия противника в его игре штыком, а не из соединения (положение, редкое в боевой практике штыкистов).

При атаках с дальней дистанции обман делается в начале выпада или, что реже, в конце шага.

Атаки с обманами могут содержать один, два и более обманов. Атаки с многочисленными финтами применяются против фехтовальщиков, часто пользующихся сложными защитами и пренебрегающих контратаками.

Из атак с одним обманом наиболее употребительны следующие:

1) обман уколom прямо внутрь в четвертый сектор — укол с переводом кнаружи-вверх или вниз («обман прямо-перевод» выполняется из положения вне соединения из третьих позиций).

Со средней дистанции, направляя штык в открытую часть тела противника, одновременно с небольшим наклоном туловища вперед послать карабин в четвертый сектор до полного выпрямления левой руки и начала скольжения его (т. е. «показать укол») так, чтобы это движение противник принял за начало атаки прямым уколом и вынужден (был защищаться четвертым отбивом. В момент начала защиты, не допуская соприкосновения оружия, нанести укол переводом и с выпадом в третий или второй сектор, открываемый противником вследствие защиты четвертого сектора.

Обман уколom прямо-кнаружи в третий сектор; на попытку противника отбить третьей прямой защитой — перевод во внутрь для укола в нижнюю часть туловища, в грудь или бок; на движение круговой четвертой защиты — перевод кнаружи для укола в открывающийся третий, второй или первый сектор; на движение любой защиты — укол переносом вверх;

2) атаки «два перевода» и «перевод-перенос» кнаружи в третий сектор; на попытку противника от обмана переводом взять четвертую защиту, произвести перевод («два перевода») или «перенос» («перевод-перенос») в третий сектор для укола в грудь или во второй сектор для укола вниз.

Атаки с двумя и более обманами, несмотря на относительную громоздкость карабина, находят широкое применение в бою. Объясняется это тем, что штыкисты в основном пользуются прямыми защитами, и тем более в сложных защитах, что позволяет атакующему с обманами уверенно выполнять переводы в определенную сторону, не опасаясь круговых защит. Возникают атаки, в которых первый обман делается прямым уколом или уколом переводом, второй обман — переводом и укол — также переводом.

В атаках с несколькими обманами пользуются переносами сравнительно редко.

Наиболее применимы следующие атаки с двумя обманами:

1) обман уколom прямо по верхней наружной линии; на попытку противника взять третью защиту—обман переводом внутрь и на попытку отбить четвертой защитой — укол переводом кнаружи;

2) обман уколom прямо по верхней внутренней линии; на попытку противника взять четвертую защиту — перевод кнаружи и на попытку отбить третьей защитой — укол переводом внутрь вверх или вниз;

3) обман уколom прямо вниз; на попытку противника взять вторую защиту — обман переводом вверх-кнаружи и на движение третьей защиты — укол переводом внутрь-вверх или вниз;

4) тройной перевод с первым обманом переводом внутрь;

5) тройной перевод с первым обманом переводом кнаружи;

6) тройной перенос с первым обманом переносом кнаружи или внутрь.

В атаках с двумя обманами, как и в атаках с одним обманом, первый обман выполняется выпрямлением рук вперед до положения «показа укола». Второй обман с переменной линии совершается за счет посылки карабина правой рукой по ладони левой. В конечном положении второго обмана левая кисть оказывается на цевье у начала магазинной коробки; кроме того, убедительность обмана достигается поступательным движением самого фехтовальщика, заканчивающего выпад.

Атаки с действием на оружие

В фехтовальном бою на карабинах атаки с действием на оружие применяются значительно реже, чем на других видах колющего оружия. Во время боя карабины фехтующих обычно отстоят друг от друга так далеко, что всякие воздействия оружием на оружие оказываются затруднительными. Но в некоторых моментах боя все же создаются такие положения, когда атаки с действием на оружие оказываются возможными и даже выгодными.

Атаки с ударом (батманом) по оружию противника применяются с теми же целями, что и в фехтовании на других видах оружия. Батманы выполняются сходно с отбивами, но, являясь одним из приемов атаки, они производятся с движением карабина вперед и, как правило, в конце сближения или в начале выпада. Самый же удар по оружию противника осуществим только в сочетании с неожиданным сближением, что и позволяет совершить батман достаточно сильно, чтобы открыть противника для нанесения ему укола в атаке.

Батманы в ложных атаках, вызывающих контратаку уколом переводам, следует производить с широким и не очень быстрым замахом.

Наиболее употребительны следующие атаки с батманами: 1) батман влево (в третье соединение)—укол прямо в грудь или бок; 2) ложный батман влево — укол переводом в туловище или бок; 3) батман вправо (в четвертое соединение) — укол прямо в четвертый или первый сектор; 4) ложный батман вправо с последующим уколом переводом или переносом в третий и второй сектора.

Атаки с захватом оружия противника. Захваты совершаются в четвертое и влево в третье соединения. По форме движения оружия захваты похожи на защиты, но соприкосновение с оружием противника происходит не ударно, а мягко, с последующим отведением его до соответствующей позиции. Мягкость прикосновения при этом

должна быть результатом не замедления движения оружия, а противопоставления цевья или ствола карабина атакующего штыку противника.

Основная тактическая задача атак с захватами — обезопасить момент сближения с противником.

При атаках на быстро и глубоко отступающего противника захваты предпочтительнее батманов, поскольку продолжительность настигания противника в этом случае требует и некоторой длительности страховки от возможного укола в темп в отступлении.

Наиболее употребительные атаки с захватами те же, что и описанные выше атаки с батманами.

Другие приемы действия на оружие противника — толчки, нажимы и скольжения имеют в фехтовании на карабинах с эластичным штыком то же назначение, что и в фехтовании на других видах оружия, но применяются реже.

Комбинированные атаки

Комбинированные атаки широко распространены в фехтовании на карабинах. Применяются они против штыкистов, обладающих сильной защитой и надеющихся на нее, но пользующихся также и контратаками. Основная трудность при выполнении комбинированных атак заключается в сложности сочетания трех движений оружия с движениями шага и выпада или одного выпада. Это требует мелких и быстрых движений карабином и осуществляется в той же координационной связи ног, туловища и оружия, которая применяется при выполнении комбинированных атак в фехтовании на рапирах и саблях.

Наиболее употребительны следующие комбинированные атаки:

1) ложный захват или батман в третье соединение, обман переводом вниз или грудь кнаружи — укол с переводом в туловище; 2) ложный захват или батман в четвертое соединение — два перевода.

Атаки со страховкой

В целях своей безопасности от контратак противника штыкист может проводить атаки со страховкой, которые заключаются в том, что атакующий, допуская возможность контратаки со стороны противника, при сближении производит карабином «на всякий случай» движение полукруговой или круговой защиты, превращающееся в случае контратаки в действительный отбив. Если же попытка контратаковать со стороны противника отсутствует, то атакующий, совершив движение защиты вхолостую, незамедлительно, без остановки продолжает атаку.

Атака со страховкой обычно начинается из положения карабина, вызывающего противника на контратаку (из нижней, реже промежуточной верхней позиции). Широкое применение мастерами такой атаки объясняется тем, что она, страхуя атакующего от прямой контратаки, в то же время, в отличие от ложной атаки, позволяет производить шаг быстро и длинно, т. е. сочетает достоинства действительной и ложной атак.

Атаки второго намерения

Дальнейшим тактическим развитием в бою атаки со страховкой являются атаки второго намерения, успешное проведение которых невозможно без хорошей техники, быстроты и понимания намерений противника.

Различают два вида атак второго намерения:

1) вызывающая противника на привычный ответ с тем, чтобы во втором намерении атакующий, приняв заранее предполагаемую защиту, нанес контрответ. Ложная атака делается движением короткого укола или, что чаще, укола, в котором карабин скользит по ладони левой руки лишь наполовину нормального укола. Почувствовав защиту, штыкист, стоя на укороченном выпаде, должен немедленно взять прямую защиту от ответа противника, оттягивая оружие на себя посредством сгибания правой руки и незначительного скольжения карабина по левой руке, и максимально быстро нанести контрответ прямо. Для большей безопасности рекомендуется во время защиты корпус несколько отклонять назад. В зависимости от возникшей дистанции укол контрответа делается с полным посылом карабина вперед по ладони левой руки или удлиняется дополнительным выпадом впереди стоящей ноги. Пример: бойцы на расстоянии средней дистанции стоят в третьих позициях. Атакующий в процессе разведки установил, что его противник постоянно пользуется отбивом вправо и ответом прямо. Проводя ложную атаку описанным выше способом, атакующий, заранее зная реагирования защищающегося, после ложной атаки, стоя на выпаде, отбивает ответ атакующего вправо и наносит контрответ;

2) вызывающая контратаку противника с тем, чтобы, отбив контратаку, нанести ответ.

Вызовами для контратаки могут быть: шаг вперед с дальней дистанции, показ батмана или захвата, имитирующие начало действительной атаки. Применяя в качестве вызова шаг вперед, следует выполнять его умышленно заметно в тот момент, когда противник ожидает атаку с дальней дистанции для совершения контратаки. Перед выполнением шага вперед штыкисты стремятся принять такое положение оружием, которое, с одной стороны, открывало бы атакующего для контратаки, а с другой, позволяло бы наиболее успешно отбить эту контратаку. В качестве такого положения штыкисты обычно применяют боевую позицию с опущенным штыком, позволяющую с одинаковым удобством и быстротой выполнять отбивы вправо и влево. Кроме того, в этом случае противнику трудно предугадать возможное направление отбива, что затрудняет выполнение им контратаки с обманом — наиболее действенного средства поражения против атаки этого типа.

Часто в качестве вызова контратаки с переводом или переносом применяют показ батмана или захвата, производимый нарочито в замедленном темпе и с большой амплитудой движения. В этом случае против

спровоцированной контратаки наряду с прямыми защитами можно применять и круговые защиты, выполняемые по ходу обмана вправо или влево. При совершении защитного действия в целях безопасности атакующий может сделать небольшой шаг назад и уколом прямо или переводом во втором намерении поражает контратакующего противника одними руками или с выпадом.

Некоторые штыкисты в качестве ложной атаки, вызывающей контратаку прямым уколом, применяют начальную фазу атаки с обманом, т. е. показ укола с шагом вперед с дальнейшим отбивом в любую сторону и ответом.

СЛОЖНЫЕ ЗАЩИТЫ

Против атак с обманами применяются сложные защиты. Состоят они, как правило, из сочетания движений прямых или полукруговых с прямыми, выполняемых в зависимости от действия атакующего.

Излюбленной сложной защитой большинства мастеров фехтования на карбинах является сочетание движений четвертой защиты (отбив вправо) со второй защитой (отбив вниз) в различной последовательности и сочетание полукруговой третьей или второй защит с четвертой.

Сложные защиты в фехтовании на карбинах с эластичным штыком, подобно тому как в фехтовании на легком оружии, могут быть с полным первым защитным движением и неполным в зависимости от тактических мотивов обороняющегося.

Против атак с обманами применяют на первое движение атаки и специальную простую защиту с движением вперед (обычно шагом). В этом случае берут третью или четвертую защиту, предпочтительно полукруговым движением с высоким подниманием цевья и выдвиганием приклада перед телом, в результате чего карбин принимает почти вертикальное положение, пресекая все переводящие движения карбина противника.

СЛОЖНЫЕ ОТВЕТЫ

В практике боя имеет место применение сложных ответных уколов, т. е. ответных уколов с обманом, выполняемых в зависимости от обстановки, сложившейся в бою, без выпада или с выпадом.

Наиболее распространенными сложными ответами являются: два перевода, в которых обман переводом делается в обход страхующей защиты атакующего от прямого ответа и обман прямо — перевод коротким уколом с замахом.

Техника выполнения сложных ответов в движении оружия в основном не отличается от выполнения атак с обманами.

Сложными ответами особенно часто пользуются после защиты, взятой в большом отдалении от противника, позволяющей не опасаться своевременной контратаки. Обман при ответах обычно вызывает стремление противника защищаться, чем и следует пользоваться для нанесения ему действительного укола в открывающуюся часть тела.

Разновидностью сложных ответов является ответ с задержкой, при котором рипостирующий после взятия защиты делает некоторую паузу, достаточную для страховки атакующим открытого места, и колет его с переменной линии в противоположный, открывающийся сектор.

В связи с тем, что боец после неудавшейся атаки, помимо активной защиты оружием от предполагаемого прямого ответа, боится и ухода с выпада, отвечающий с задержкой вынужден колоть уходящего противника с выпадом.

Лучшим способом борьбы против ответов с задержкой являются сдвоенные уколы.

Глава VIII. ТАКТИКА ФЕХТОВАНИЯ

В спортивном фехтовании, как единоборстве, тактика влияет решающим образом на исход соревнования и тем более отдельных боев. Это влияние еще усугубляется тем фактом, что в фехтовании, в отличие от других видов спортивного единоборства, борьба опосредствована применением материальной техники, т. е. легкого оружия, что делает эту борьбу предельно условной и освобожденной в финальном акте от необходимости применять большую физическую силу. Этим и исключительным значением тактики в фехтовальном единоборстве, между прочим, объясняется тот факт, что возрастной «потолок», при котором спортсмен не снижает еще своего мастерства и результатов в фехтовании, выше, чем в других видах спорта.

Большое влияние тактики на исход единоборства в фехтовании украшает этот вид спорта, распространяя его воспитательное воздействие в значительной мере и на интеллектуальную сферу человека. Кроме того, это обстоятельство освобождает не особенно сильных фехтовальщиков от обреченности на постоянные спортивные неудачи, которая в гораздо большей степени выражена в большинстве других видов спорта.

Тактика фехтования — это умение вести фехтовальный бой, заключающееся в целесообразном и умелом применении различных приемов фехтования с целью победить противника.

В бою фехтовальщик может выбрать или создать любой способ его ведения, применять любые приемы, выполнять их по-своему, выбирать и создавать различные боевые моменты для нанесения укола или удара. Однако, направляя все свои мысли и волю на то, чтобы выиграть бой, фехтовальщик в своих действиях должен всегда придерживаться официальных правил ведения боя на соответствующем виде оружия. Это может быть осуществлено в том случае, если фехтовальщик будет в совершенстве владеть техническими приемами фехтования, умело их сочетать и применять, иметь высокие физические, моральные и волевые качества и

достаточный боевой опыт, дающий возможность понимать в бою действия различных фехтовальщиков и познавать индивидуальные особенности их боя, а стало быть, и характера.

Умение вести бой тесно связано и с психическим состоянием фехтующего и его способностью к устойчивому самообладанию. Испуг, робость, взволнованность, подавленность, смятение могут не дать возможности фехтовальщику реализовать в бою свое техническое мастерство, и, наоборот, сознание своей тактической подготовленности, опытности положительно действует на моральное состояние фехтовальщика, вселяя в него спокойствие и уверенность.

Ведение фехтовального боя предъявляет к нервной системе человека очень высокие и разнообразные требования. В фехтовальном бою противники противостоят друг другу широким фронтом -своих физических и морально-волевых качеств и обоюдным желанием победить. Стремление разрешить основную спортивную задачу: добиться победы — связано с постоянным напряжением¹ воли, направлением ее «а преодоление неожиданно и непрерывно возникающих трудностей.

Этот процесс борьбы окрашен различными эмоциями: торжества, боязни, удовлетворения, огорчения и т. п., создается общее нервное возбуждение, на фоне которого две тактические заботы — совершить внезапное нападение и не быть застигнутым врасплох атакой противника — попеременно овладевают мыслями и вниманием фехтовальщика. Возникает (раздвоенность и крайняя напряженность внимания. Умение мгновенно переключать внимание с одного объекта на другой должно обеспечить быстроту ориентировки и тактических умозаключений, что является одним из важнейших качеств, обеспечивающих победу в бою.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТАКТИКИ С ТЕХНИКОЙ

В боевых схватках фехтовальщиков, обладающих примерно равными физическими и морально-волевыми качествами, а также одинаково владеющих техникой выполнения приемов, победит тот, кто окажется сильнее тактически.

Однако тактика и техника неотделимы друг от друга, поскольку тактика в широком смысле является искусством применения техники. Поэтому несоответствие технических средств тактическим замыслам грозит поражением в бою. Бедная техника обычно приводит к упрощенной тактике, и, наоборот, богатая техника порождает тактику разнообразную и сложную. Тактически верное действие, но выполненное технически плохо, так же как и отлично выполненное действие, но примененное некстати и не вовремя, обычно не достигают цели и ведут даже к поражению.

Техника фехтовальщика должна быть на высоте его тактических замыслов, и, наоборот, замыслы не должны выходить за пределы технических возможностей. Но, несмотря на полную взаимообусловленность техники и тактики, фехтовальщик не может без ущерба для спортивного результата отвлекать свое внимание в бою от тактики на технику. Он должен быть поглощен только тактической подготовкой нанесения укола или удара и предотвращением получения таковых от противника. Поэтому техника выполнения приемов должна быть в такой степени автоматизированной, чтобы в наименьшей мере отвлекать мысли фехтовальщика от тактической борьбы. Именно этим обстоятельством объясняется то, что обучение элементарной технике предшествует обучению тактике.

Только гармоничное сочетание проникновенной тактики с тонкой, чеканной и в высокой степени автоматизированной техникой поднимает фехтование до уровня искусства.

ТАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БОЯ

Общая цель всех действий фехтовальщика в бою — победить противника, т. е. первому нанести определенное количество уколов или ударов; конкретные задачи — наносить эти уколы или удары, стремясь при этом не получать их от противника.

Большую часть времени боя фехтующие находятся вдали друг от друга, т. е. на дальней дистанции, и лишь моментами оказываются более близко, т. е. на средней и ближней дистанциях, с которых только и возможно непосредственно нанести укол или удар противнику. Поэтому каждая попытка это сделать, как правило, сопровождается предварительным сближением. Вот эта необходимость оказаться фехтовальщику вблизи противника, и притом желательно вблизи бездействующего противника, и является основной тактической трудностью боя, так как момент сближения в атаке, если он тщательно не подготовлен, дает возможность противнику успешно контратаковать, отвечать уколом или ударом после взятой защиты или просто отступить.

Установка же фехтующего на предоставление сближения противнику в его атаках лишает первого инициативы и дает атакующему преимущество спокойной подготовки нападения и успешного применения преднамеренных действий и преодоления ожидаемых защитных противодействий. Следовательно, нападение и оборона таят в себе возможности как успеха, так и поражения. В фехтовальном бою не существует объективно выгодных и невыгодных действий, а все зависит от умелого или неумелого их применения.

Подготовка безопасности и успешности сближения требует от фехтовальщика умения улавливать и осмысливать все движения и действия противника, понимать его поведение, быстро принимать решения и приводить их в исполнение посредством применения соответствующих фехтовальных приемов в наиболее удобный момент.

Как видно из перечисления лишь основных умений, которыми должен владеть в бою фехтовальщик, от него требуется способность тактически правильно мыслить в бою и умение реализовать это мышление в соответствующих действиях.

Из этого следует, что тактика включает в себя тактическое мышление и боевые действия, реализующие это мышление.

ТАКТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ ФЕХТОВАЛЬЩИКА

Мышление фехтовальщика становится тактическим, т. е. специальным боевым умением, только тогда, когда оно осуществляется в действии и подкрепляется им. Называется оно тактическим лишь условно, в силу его целевой направленности на одержание победы.

Следует указать на особенности боевой деятельности фехтовальщика, предъявляющие высокие требования к мышлению. Удовлетворять этим требованиям человек может только после специальной подготовки. Трудности тактического мышления заключаются в том, что в предельно короткие отрезки времени приходится осмысливать: 1) внешнюю боевую обстановку, находящуюся в неповторимом и непрерывном изменении; 2) психологическую обстановку, т. е. ход мыслей и намерения противника; 3) мышление фехтующего должно при этом разрешать одновременно две задачи: успешно нападать и успешно защищаться, т. е. оно имеет одновременно два объекта и, стало быть, проходит на фоне раздвоенности внимания (распределенного внимания). Анализировать ход боя и делать выводы приходится при этом на фоне высокого возбуждения, взволнованности, вызванных самим характером спортивного соревнования, и пусть условной, но все же боевой деятельности. Воспринимаемое фехтовальщиком, главным образом посредством зрительно-ного анализатора и отчасти тактильного, является материалом, который должен постоянно и быстро осмысливаться. Это осмысливание воспринятого имеет две разновидности. Одна из них называется у фехтовальщиков «чувством боя», а другая — «тактическим мышлением». Под чувством боя подразумевается быстротечная непрерывная ориентировка фехтовальщика в меняющейся обстановке, т. е. непрерывное восприятие, обработка воспринятого и принятие решений. Поняв и оценив боевую обстановку, фехтовальщик вынужден здесь решать уже конкретные текущие задачи: что и когда делать. Решение первой задачи — что делать — осуществляется в целесообразном выборе и создании приемов, движений и поведения, т. е. в соответствии действий и поведения фехтовальщика действиям и поведению противника. Решение второй задачи — когда делать — фехтовальщик осуществляет созданием неожиданных для противника сближений, в которых он, застигая противника своими действиями врасплох, получает инициативу в совершении акта поражения.

Все эти мыслительные акты имеют характер молниеносных импровизаций. Тактическое же мышление, имеющее форму развитого рассуждения, обычно обслуживает выполнение преднамеренных действий и подготовку их успешности.

Неожиданность и разнообразие действий

Соответствие действий фехтовальщика моментам и ходу боя нежелательно его противнику, который поэтому и пытается нарушить эту целесообразность неожиданностью своих действий. Всякое неожиданное действие фехтовальщика в острые моменты боя, т. е. в дистанции, в которой уже нельзя бездействовать, часто приводит противника на некоторое время в замешательство, чего обычно бывает достаточно, чтобы он был пораженным. Неожиданность действий увеличивает просвет времени между восприятием этого действия противником и его реагированием на него и, кроме того, ведет к инстинктивным противодействиям, постоянным по содержанию и характеру и, как правило, в какой-то степени искаженным по форме. Фехтовальщик, умеющий действовать внезапно, в большой мере избавляет себя от преднамеренных, неожиданных для него действий противника, от заранее заготовленных тактических ловушек. Действие фехтовальщика бывает неожиданным для противника в тот момент, когда внимание его отвлечено от ожидания активного действия противника на подготовку успеха своих действий. Неожиданность действия может быть полной и частичной. Фехтовальщик может, например, ожидать атаку противника или может ожидать активных оборонных противодействий своей атаке, и возникновение их в этом случае не застанет его врасплох. Однако конкретное содержание атаки или активных противодействий в обороне противника может оказаться для него неожиданным и чреватым нежелательными последствиями. В этом случае имеется частичная неожиданность. Пример: фехтовальщик ожидает двухтемповую атаку противника и решает применить контратаку прямым уколом. Однако попытка претворить этот замысел привела его к поражению, так как противник в ожидаемой атаке применил неожиданно батман. Неожиданность оказывается полной тогда, когда фехтовальщик не допускал возможности возникновения активных действий противника или, будучи увлечен своими намерениями, забыл о возможности их возникновения у противника. И вся тактическая борьба фехтующих сводится в основном к подготовке возможности совершить финальную боевую акцию неожиданно — врасплох. Частичная неожиданность действий не является менее тактически ценной, нежели полная неожиданность. Это принципиально разные тактические моменты. Частичная неожиданность действий возможна благодаря множественности приемов, которые фехтовальщик может применять как в нападении, так и в обороне, несмотря даже на одинаковость действий противника. Фехтовальщик, который применял бы только один прием в нападении и один прием в обороне, лишив себя возможности совершать частично неожиданные действия, был бы обречен на постоянное поражение.

Неожиданность атаки осуществляется посредством выбора определенного момента в действиях противника для начала своего нападения, выбора приема или приемов для ее осуществления и выбора времени для их применения. Выбор времени при этом не следует смешивать с выбором моментов для начала активных действий. Например, если фехтовальщик наметил для выполнения своей атаки с захватом момент вытягивания руки противником в показ укола, который периодически встречается в игре оружием противника, то это не обязывает

фехтовальщика использовать для атаки первое вытягивание руки противника. Задумавший нападение использует тот показ укола, который, по его мнению, окажется наиболее подходящим для неожиданного нападения и совпадающим к тому же с наибольшей собственной готовностью ринуться в атаку. Возможность совершать частично неожиданные действия как в нападении, так и в обороне находится в прямой зависимости от разнообразия действий фехтовальщика.

Каждый фехтовальщик высокого спортивного разряда может, по заданию тренера, в уроке совершать весь комплекс боевых действий, возможных в фехтовальном единоборстве. Однако боевой репертуар фехтовальщика все же значительно уже комплекса всех возможных фехтовальных действий. Объясняется это тем, что целые группы различных технических приемов в тактическом отношении являются тождественными, так как вызывают одно и то же реагирование противника, и поэтому нет нужды все их применять, а кроме того, у большинства фехтовальщиков есть небольшой круг излюбленных приемов, применение которых по какой-нибудь причине внешнего или внутреннего индивидуального порядка становится в условиях боя для них результативным.

При неправильной тренировке эти приемы остаются единственными, которыми пользуется фехтовальщик в соревнованиях, и в результате этого воспитывается боец с крайне узким кругом боевых действий, боец, которому очень трудно, даже почти невозможно, действовать в бою неожиданно и тем более для противника, изучившего его.

ОБЪЕКТЫ ТАКТИЧЕСКОГО ОСМЫСЛИВАНИЯ

Конкретно объектами тактического мышления являются:

1) наблюдение за противником и составление его боевой характеристики вообще и в определенные моменты боя в частности; 2) создание общего плана боя на основе своих наблюдений и всей обстановки, в которой проводится бой; 3) постановка частных, конкретных тактических задач для осуществления своего решения поразить противника уколом или ударом; 4) введение противника в заблуждение, чтобы облегчить себе выполнение поставленных задач (создание тактических «ловушек»); 5) распознавание реакций и намерений противника для определения дальнейших своих действий.

Правда, деление мышления фехтовальщика в бою на такие элементы схематично, поскольку часто бои протекают настолько сложно и разнообразно, что при ведении их фехтовальщику бывает очень трудно установить четкие границы хода своих мыслей. Но определение их, хотя бы схематичное, все же поможет фехтовальщикам действовать в бою более осмысленно, направляя свое внимание на решение главных и неотложных тактических задач, возникающих в процессе боя.

Наблюдение

Наблюдая за действиями любого противника в бою, фехтовальщик должен получить наиболее верное представление о его физических и технических возможностях, моральном состоянии и манере ведения боя. Наблюдать за действиями противника следует не только в бою с ним, но и во время его боев с другими, подмечая при этом, какими приемами он пользуется особенно эффективно, какие приемы, применяемые против него, дают положительный результат и т. п. В бою с незнакомым противником эти сведения фехтовальщик получает в процессе наблюдения и главным образом во время разведывательных действий, производимых им непосредственно на поле боя.

Наблюдение окажется более исчерпывающим, если фехтовальщик научится видеть и понимать состояние и намерения противника по внешним признакам, часто едва уловимым его жестам, позам и движениям, а иногда и возгласам.

Особое значение имеет способность понимать тактические замыслы противника. Фехтовальщик, правильно улавливающий намерения и замыслы противника, не будет застигнут врасплох при его попытках нанести удар или укол. Предвидя их и поэтому ожидая, он будет успевать видеть самые быстрые движения, вовремя переключать внимание в нужном направлении и без труда реагировать на них, выбирая наиболее правильное противодействие. Понимание мыслей противника позволит фехтовальщику почти безошибочно производить атаку тогда, как противник менее всего ее ожидает.

Получив более или менее верное представление о своем противнике, фехтовальщик должен до боя или в процессе боя наметить план действий, т. е. решить, какой характер и построение боя следует навязать противнику, чтобы победить его.

План боя

План боя намечается с таким расчетом, чтобы фехтовальщик мог свои сильные стороны противопоставить в бою слабым сторонам противника, а также предопределить общий характер боя, выбор тактических средств и последовательность их применения. Реализуется же этот план посредством разрешения в бою ряда частных тактических задач, имеющих целью поймать противника в «ловушку», т. е. обмануть, с тем чтобы нанести ему укол или удар.

Цель тактических обманов состоит в том, чтобы создавать у противника ошибочные представления о своем состоянии, возможностях и намерениях. Достигается это имитацией положений, движений и всего поведения, соответствующих не истинному положению вещей, а вымышленному, отвечающему тактическому замыслу фехтовальщика и приводящих противника к ошибкам.

Это обманывание противника и распознавание его намерений или попыток обмануть является самым существенным, решающим моментом тактической борьбы, моментом, в котором и проявляется самым полным образом тактическое мастерство фехтовальщика.

Однако тактические планы и задачи, созданные фехтовальщиком, не должны мешать ему решительно от них отказываться, когда того требуют обстоятельства. Планы и задачи должны быть подвижными и изменчивыми. Фехтовальщик, убедившись в их неправильности, несоответствии боевой обстановке или предварительной оценке противника, должен уметь создавать новые планы, ставить новые задачи и действовать согласно им.

Понимание намерений противника

В бою каждый фехтовальщик стремится распознавать, предугадать ближайшие намерения и действия противника. Умение фехтовальщика делать это всегда безошибочно обеспечивало бы ему бесспорную победу над противником. Но постоянная безошибочность предугадывания невозможна вследствие того, что и противник стремится к тому же, противопоставляя фехтовальщику свое мышление и свои действия. Однако в ряде случаев предугадывание возможно. Суть его заключается в том, что фехтовальщик по определенным положениям, иногда и по едва уловимым невольным движениям противника, может понимать его намерения и для предотвращения их выполнения выбрать именно те приемы, которые окажутся для противника неотразимыми; кроме того, предугадывания позволяют реагировать на действия противника раньше, чем определится их точное содержание по начальным его движениям.

Более глубокое и более частое распознавание намерений противника требует от фехтовальщика умения определять ход мыслей противника, который должен возникать у него в связи с предыдущими боевыми взаимодействиями, и вызывать принятие им определенного решения. Предугадывание этого решения, которое может внешне и не проявиться, бесспорно поможет фехтовальщику оказать соответствующее противодействие и поразить противника уколом или ударом раньше, чем он приступит к его выполнению.

Полезно и распознавание в бою физического и морального состояния противника. Оно помогает фехтовальщику своевременно перестраивать план боя и выбирать для его осуществления приемы и действия, ведущие к наиболее верному поражению противника.

БОЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ ФЕХТОВАЛЬЩИКА

По тактическим целям боевые действия фехтовальщика можно разделить на три основные группы: 1) подготавливающие действия; 2) действия нападения; 3) действия обороны.

Подготавливающие действия имеют основной целью подготовить успешность действий нападения или обороны.

Действия нападения имеют целью нанести укол или удар относительно бездействующему противнику в инициативной попытке.

Действия обороны имеют целью избежать получения укола или удара от атакующего противника и использовать обстановку, создавшуюся в результате неудавшегося или незавершенного нападения для поражения противника.

Для осуществления всех этих действий в фехтовании на разных видах оружия используются соответствующие приемы, изложенные в главах с четвертой по седьмую включительно.

Подготавливающие действия

В фехтовальном бою на всех видах оружия большую часть его времени занимают подготавливающие действия. Главнейшими тактическими задачами этих действий являются: 1) разведка противника; 2) подавление инициативы противника; 3) маскировка своих намерений и действий; 4) вызовы противника на определенные действия; 5) овладение полем боя; 6) обманывание противника в «чувстве» дистанции и затруднение начала его атаки.

Разведка. Цели разведки в фехтовальном бою могут быть различные и в связи с этим различны и сами приемы разведки.

Общие цели разведки: узнать технические возможности противника, его моральное состояние и тактическое построение боя.

Основными конкретными задачами разведки является стремление фехтовальщика выяснить:

а) как реагирует противник на внезапную и ожидаемую им атаку; б) какие атаки применяет противник и как их выполняет; в) как реагирует противник на отдельные приемы атаки: обманы, удар по оружию и т. д.; г) как внешне проявляется состояние невнимательности и отсутствие настороженности у противника.

Разведка защитных действий противника производится посредством выполнения начальных движений атаки или всей атаки, но с меньшим, чем для нанесения укола или удара, продвижением вперед.

Разведка характера реагирования противника на обманы, удары по оружию и другие приемы подготовки нанесения укола или удара производится посредством изолированного выполнения этих приемов с небольшим шагом вперед или наклоном туловища в том же направлении.

В ходе боя могут возникнуть и другие частные задачи, в зависимости от которых будут появляться и соответствующие им приемы разведки.

Подавление инициативы противника. Подавить инициативу противника — это значит лишить его актив-

ности, самостоятельности действий, обресть его на пассивное поведение в (бою).

Фехтовальщик, подавивший инициативу противника, «владеет боем» и поэтому имеет возможность пользоваться по своему желанию всем разнообразием своих боевых средств. Он навязывает противнику выгодное для себя поведение в бою, определенные действия и время их выполнения и создает у него подавленное настроение. Он захватывает преимущество первого действия, обеспечивающего внезапность и опережение. Достигается подавление инициативы противника прежде всего активностью ведения боя и технико-тактическим превосходством фехтовальщика, обрешшим на неудачу первые попытки противника нанести укол (удар) и применить защиту.

Но «овладеть боем» оказывается часто возможным и посредством применения ряда приемов, имеющих специальную цель создать у противника впечатление непрерывной угрозы получения внезапного удара. Технически это осуществляется в движениях и положениях предатакового характера, не дающих противнику возможности найти ни сил, ни времени, чтобы переключить пассивную мысль — как бы спастись от удара — на активную — как бы совершить нападение.

Маскировка намерений и действий. Цель маскировки заключается в том, чтобы создать у противника ошибочные представления о своем психическом и физическом состоянии, своих технических возможностях и, главное, о своих тактических намерениях. Особенно важно уметь маскировать свои намерения совершить атаку и контратаку.

Маскировка намерения атаковать, атаки и затем внезапное для противника выполнение атаки достигаются в результате специальной подготовки, заключающейся в усыплении бдительности противника. Внешне это может проявляться в медленных, как будто беспечных движениях фехтовальщика, создающих впечатление у противника, что ему в данный момент ничего не грозит, так как, по его мнению, фехтовальщик не собирается приступать к нападению и, не опасаясь атаки противника, начинает готовить свое нападение, что и нужно первому. Выбрав удобный момент, он может в этом случае внезапно для противника и с наибольшим успехом атаковать его, т. е. поймать в заранее заготовленную ловушку. Свое намерение атаковать противника фехтовальщик может маскировать и посредством движений и жестов, говорящих о его желании защищаться и уходить от атак противника, что также может создать ряд моментов, соблазняющих противника готовить атаку и также дающих возможность фехтовальщику внезапно и успешно атаковать противника.

Маскировка контратаки основывается на применении фехтовальщиком приемов и действий, побуждающих противника начать действительную атаку. Такими действиями фехтовальщика могут быть, главным образом, движения, выражающие его намерение реагировать на атаки противника отступлением и применением защит.

Вызовы противника на определенные действия и поведение. Подавленный морально в бою противник, как правило, теряет инициативу действий. Однако овладеть инициативой действий в бою и управлять движениями противника можно и не подавляя его воли. Противник в этом случае, не ощущая угнетения, а иногда даже полагая себя «хозяином положения», действующим обдуманно и самостоятельно, на самом деле находится на поводу у фехтовальщика, заставляющего его поступать согласно своим желаниям. Вызванный на определенные действия, противник может неискреннему зрителю даже показаться активным, подавившим фехтовальщика своей активностью, и только результат боя в этих случаях свидетельствует об истинном положении вещей. Это управление действиями противника осуществляется посредством преднамеренных вызовов его на определенные, желаемые для фехтовальщика действия.

В качестве вызовов применяются положения или движения оружия и тела фехтовальщика, побуждающие противника на атаку, контратаку, сдвоенный или ответный укол (удар) в открытую часть тела фехтовальщика для того, чтобы последний, защитившись оружием или контратакуя, мог поразить противника уколом (ударом) в ответе или в контратаке.

Вызовы, как и все тактические обманы, представляют собой имитации определенных действий фехтовальщика и должны сочетаться с маскировкой истинных намерений. Например, приняв в бою на шпагах или саблях вторую позицию движением, как будто свидетельствующим о потере осторожности, можно вызвать противника на попытку поразить руку уколом сверху и, отразив это нападение, нанести ему ответный укол; выполняя в бою на рапирах как бы беспечный шаг вперед в шестой позиции, можно вызвать противника на атаку во внутренние сектора поражаемого пространства и, защитившись, нанести ему ответный укол и т. п.

Фехтовальщик, вызвавший противника на определенные действия, всегда имеет преимущество перед ним, так как заранее предвидит его действия и знает, как сам будет противодействовать им. При этом фехтовальщик может начинать движения, необходимые для противодействия, значительно раньше, чем если бы все действия противника были для него неожиданными.

Вызывать можно не только определенные боевые действия противника, но и различные психические его состояния и тактические решения общего характера, затрудняющие противнику реализацию намеченного им плана боя. Например, в бою с сильным в обороне противником, изображая подавленность и робость, можно поднять его активность, вызвать на необдуманные чрезмерно смелые и технически слабые у него атаки и, легко взяв защиту, нанести противнику ответный укол или удар.

Овладение полем боя. В связи с ограниченностью фехтовального поля боя для фехтовальщика на нем создаются то благоприятные, то неблагоприятные условия ведения боя. Так, фехтовальщик, оттесненный к самому концу поля, лишен возможности отступать и вынужден защищаться стоя на месте или контратаковать. Такое положение фехтовальщика затрудняет ему ведение боя, а его противнику облегчает.

Поле боя выигрывается обычно в результате преобладания наступательных действий над оборонительными и теряется в результате преобладания оборонительных действий, яри которых фехтовальщик преимущественно отступает. Овладение полем боя может стать и специальной тактической задачей фехтовальщика, например тогда,

когда он установит, что его противник стремится вести бой на сверхдальней дистанции и спасается от атак глубоким отступлением, или когда фехтовальщик окажется прижатым к задней границе поля боя.

Для овладения полем боя применяются шаги вперед и ложные атаки, выражающиеся в притоптываниях стоящей впереди ногой, в наклонах туловища вперед, укороченных выпадах или обозначениях шага вперед и выпада.

Обманывание противника в «чувстве дистанции» и затруднение начала его атаки. Понимание дистанции, или, как говорят фехтовальщики, «чувство дистанции», — одно из важнейших условий успешного ведения фехтовального боя. Грубо ошибающийся в оценке дистанции фехтовальщик обречен на поражение, и, наоборот, фехтовальщик, обладающий острым чувством дистанции и использующий в бою свое превосходство над противником в этом отношении, будет иметь явное боевое преимущество перед ним.

Пассивное ожидание момента, когда противник позволит совершить на себя нападение с сокращенной дистанции, не приведет к победе в бою, особенно с опытным противником, у которого развито чувство дистанции. В этом случае не следует быть пассивным, а необходимо обманывать противника игрой дистанцией и оружием.

Игра оружием и дистанцией. Подобно тому, как «чувство боя» содержит в себе все элементы тактического мышления, так и игра оружием и дистанцией содержит в себе обозначение всех подготавливающих успешность нанесения укола (удара) действий. И тем не менее об игре оружием и ногами стоит говорить отдельно, как о самостоятельном явлении в боевых движениях фехтующего. Игра оружием и ногами, которую в дальнейшем мы будем называть просто игрой фехтующего, отличается от подготавливающих действий, описанных выше, меньшей конкретностью и определенностью целей. Игра — это своего рода двигательный фон, чреватый возникновениями многочисленных поводов для успешного применения не только основных действий, но и подготавливающих, поэтому игра фехтующего не должна всецело концентрировать на себе его внимания; кроме того, она имеет положительное значение как физиологически благоприятный режим для выполнения взрывных, предельно быстрых, решающих движений. Игра оружием и игра дистанцией, или, как последнюю иногда называют, игра ногами, представляют собой выполнение отдельных, не связанных воедино предварительных приемов атаки, обозначение различных действий и выполнение совсем неопределенных движений, не облаченных в фехтовальную технику. Это непрерывное или лишь изредка прерываемое «холостое» движение оружием и ногами в этой игре выполняет целый ряд тактических задач, часто даже не осознаваемых фехтующим. Фехтовальщик приходит к игре оружием и дистанцией самостоятельно даже тогда, когда его не обучали этим, как будто выходящим из фехтовальной техники, приемам. Во всяком случае, все сформировавшиеся фехтовальщики приобретают, в конце концов, свою игру оружием и дистанцией, в которой индивидуальность фехтовальщика; может быть, проявляется с большей силой, нежели в других фехтовальных действиях, поскольку здесь нет необходимости всегда придавать движениям определенные технические формы. Основным назначением «холостого» движения оружием и ногами следует считать маскировку начала решающих действий. Видя перед собой оружие противника в постоянном легком движении, сочетаемом с покачиванием противника вперед, приседанием, притоптываниями, чередованием быстрых коротких шагов вперед и назад, обо значением выпада посредством коротких выставлений впереди-стоящей ноги и т. д., фехтовальщик не всегда имеет возможность своевременно определить начало решающего действия, поскольку оно может не отличаться от наступательной фазы игрового движения. Характерной особенностью этих игровых движений являются периодические и неглубокие вторжения в зону рискованной приближенности к противнику как телом, так и оружием. В этом случае играющий дистанцией то входит в такую дистанцию, в которой уже бездействовать нельзя, то снова выходит из нее, оставляя линию нормальной боевой дистанции где-то между точками своего приближения и отдаления. Тем не менее противник не успевает воспользоваться мгновениями приближения фехтовальщика, так как они слишком мимолетны, чтобы можно было совершить атаку в момент одного из таких приближений.

Возникает ситуация, выгодная для играющего дистанцией, так как он одно из своих сближений может развить в действительную атаку, начав ее с дистанции, в которой противники в бою не стоят. Следовательно, игра ногами не только маскирует начало атаки, но и позволяет ее начинать с укороченной дистанции. Само собой разумеется, что нет приема, который не имел бы своего опровержения. Чрезмерная ритмическая размеренность в изменении дистанции может позволить противнику, упреждая движение вперед, самому устремиться в атаку и использовать момент сближения для нанесения укола (удара). Еще больший эффект может дать игра дистанцией с выдвиганиями вперед оружия в захватах, батманах, нажимах или показах укола. Специальное значение может иметь игра в виде коротких и небыстрых выпадов с движением оружием угрожающим уколом или ударом. Этот прием имеет целью обезопасить фазу приближения к противнику посредством своевременного занятия оружием положения угрозы. Этими посылами оружия вперед наподобие ложных атак фехтовальщики, за исключением шпажистов, страхуют себя от поражения в случае контратаки.

Кроме перечисленных более или менее конкретных целей игры оружием и дистанцией может иметь место не столь определенная, но широкая задача. Эту задачу можно назвать «расшатыванием противника», выведением его из состояния статической собранности, приведением его в движение, на фоне которого легче найти повод для совершения на него неожиданной атаки.

Затруднение атаки противника. Игра оружием в виде быстрых, неправильных по форме и ритмически неразмеренных движений оружием и игра дистанцией в форме непрерывных и тоже быстрых перемещений вперед и назад могут иметь своей задачей затруднить противнику выбор момента и приема для начала атаки. Такое поведение заставляет противника пропускать моменты сближения и отказываться от действий на оружие, что уже является затруднением в выполнении им атак.

Обманывание прямого и косвенного воздействия. Почти все приемы подготавливающих действий служат для того, чтобы обмануть, ввести в заблуждение противника.

Тактические обманы, исходя из задуманного воздействия их на противника, можно разделить на две группы:

1) Обманы прямого воздействия, имеющие своей задачей вызвать противника на действие, непосредственно вытекающее из самой боевой ситуации, создаваемой обманывающим. Например, фехтовальщик-саблист открыл свою руку снаружи, но сделал это так, чтобы противник не уловил вызова его на атаку руки. Замысел: вызвать противника на попытку рубить руку снаружи с тем, чтобы, защитившись, нанести ему ответный укол или удар.

2) Обманы косвенного воздействия, имеющие своей задачей вызвать противника на реагирование, которое логически вытекает из обнаружения им попытки обмануть его. Например, фехтовальщик-саблист также открыл свою руку снаружи, но сделал это очень заметно, чтобы противник обнаружил вызов его на атаку руки и сделал бы отсюда вывод о необходимости совершить обманный удар по руке снаружи, а нанести действительный удар в другое место. Замысел: вызвать противника на атаку с обманом на руку снаружи с тем, чтобы поразить его контратакой уколом во время выполнения им этого обмана.

Успешность этих актов тактического обманы требует тонкой наблюдательности и умения правильно изображать те или иные выразительные позы, жесты, движения и боевые действия. Техника обманы не может иметь каких-либо твердых норм, средства фехтовального обманы должны быть по своей форме крайне изменчивыми.

Формы обманных движений и положений изменяются в зависимости от повторности приема в бою, от психологических особенностей противника, от всей ситуации боя и т. д. Один и тот же тактический прием, тождественно выполняемый в боях с разными противниками или в разные моменты боя с одним и тем же противником, может разрешать различные тактические задачи и вызвать совершенно различное реагирование противника.

Искусство фехтовальщика в большой мере и заключается в умении учесть обстановку и в связи с этим дать то или иное воплощение одному и тому же тактическому намерению, чтобы исключить в .наибольшей мере неожиданное для фехтовальщика реагирование противника.

Действия нападения

Нападение — тактически лучшее средство спортивного единоборства. Нет более верного пути к победе, как тщательно подготовленное нападение. Но это не означает, что в фехтовальном бою надо непрерывно нападать. Нападение почти безотказно приносит успех только в тех случаях, когда оно совершается своевременно, неожиданно для противника, т. е. врасплох и в подходящей боевой ситуации. Фехтовальщик стремится искать и создавать эти моменты, но встречает сопротивление противника, стремящегося к тому же.

Возникает борьба противников, старающихся создать и уловить выгодный момент для атаки, борьба, исключающая возможность непрерывного нападения. Основная и тактически самая выгодная разновидность нападения — атака представляет собой быстрое приближение к противнику, завершающееся попыткой поразить его уколом или ударом. Атака — инициативное и самостоятельное действие и поэтому предполагает некоторую бездеятельность противника в момент, когда она возникает.

Большинство фехтовальщиков чувствует преимущество нападения, и поэтому подготовка атаки у них, чередуясь с подготовкой защитных действий, все же превалирует над последней.

Атака имеет и техническое преимущество перед действиями обороны, так как атакующий, как инициатор, как зачинатель боевых взаимодействий, может полностью сообразовать начало атаки с моментами своей наибольшей готовности к движению, чем не обладает обороняющийся при неожиданном на него нападении. Кроме того, атакующий почти всегда имеет время представить движения своей задуманной атаки, в то время как защищающийся от внезапного нападения противника этой возможности не имеет. Его защитные движения неожиданны для него самого, что может привести к потере правильности движений и обязательно к опаздыванию начала реагирования на действия атакующего. Следует, однако, отметить, что овладение техническим мастерством уменьшает эти потери неожиданно застигнутого атаккой фехтовальщика.

Основная трудность в атаке заключается в невозможности поразить противника без предварительного сближения с ним, так как бой, как правило, проходит из дальней дистанции. В ответ на предварительное сближение противник может начать отступать или же предпринять контратаку. В первом случае атака может не дойти до противника или так замедлиться, что он без труда сумеет защититься. Во втором случае атакующий может получить удар раньше, чем нанесет его сам. Преодоление этой основной трудности боя достигается специальной подготовкой атаки посредством умелого использования подготавливающих действий, позволяющих обеспечить внезапность, неожиданность атаки для противника.

Внезапная атака с дистанции, немного меньшей, чем дальняя, имеет наибольшие шансы на успех. Атака может быть успешной и с дальней дистанции, но в этих случаях необходимо уметь ловить встречное движение противника (начало маневренного шага, наклонение туловища вперед и т. д.). Выгодность внезапной атаки заключается в том, что у атакованного может возникнуть состояние некоторой растерянности; его движения вследствие этого могут принять хаотический характер, становятся слишком широкими, напряженными, опаздывающими, главное, фехтовальщик, застигнутый атаккой врасплох, не может преднамеренно пользоваться такими выгодными средствами боя, как контратака во всех ее разновидностях.

Подготовка атаки

Чтобы атака была внезапной, нужно совершать ее на противника в момент ослабления его внимания, и в частности оборонной настороженности, или в момент переключения его внимания с обороны на подготовку своей атаки.

Подготовка атаки может быть пассивной и активной. Пассивная подготовка обычно заключается в искании и ожидании повода для атаки без активного воздействия на противника. Готовящийся атаковать при этом может искать повод вообще, не предпринимая его конкретного содержания, а может ожидать и только определенный момент в движениях противника, уверенность в возникновении которого обусловлена изученностью его поведения.

Подготовка атаки сможет быть и активной, которая в свою очередь делится на обобщенную и конкретную. В обобщенной активной подготовке атаки фехтующий своими действиями выводит противника из статической настороженности, как бы расшатывая его самого и его оружие, т. е. создает поведение противника, чреватое возникновением рискованных для него моментов. В этой подготовке создается лишь общий фон боя, богатый предпосылками к нахождению подходящих, но не заранее ожидаемых моментов для атаки.

Другая разновидность активной подготовки — конкретная подготовка заключается в том, что фехтовальщик затекает как бы игру в бой на дальних подступах (не в критической дистанции, в которой нельзя бездействовать), игру из атакующих и защитных движений в виде обозначения фраз разного содержания и сложности, из которой преднамеренно, в заранее задуманный момент, выходит в действительную, также задуманную заранее, быструю и длинную атаку. Такая развитая подготовительная игра требует тактической смелости и обладания совершенной техникой и поэтому является достоянием лишь больших мастеров. Следует еще отметить, что такая активная развитая игра может не предусматривать определенного выхода в атаку, а создаваться из расчета на «импровизированное» завершение.

Психологические разновидности атак

Сами атаки могут быть с преднамеренным по техническому содержанию завершением их и с непреднамеренным.

Атаки первого типа делаются врасплох и в предельной для атакующего быстроте от начала до конца в расчете на предугадывание, предвидение действий или бездействия противника. Например, фехтовальщик, видя своего противника в шестой позиции, очень быстро производит скачок вперед, сохраняя четвертую позицию, а затем колет с переводом. Все действия в этой атаке были преднамеренны, так как исходили из расчета, что атака будет настолько быстрой, что застанет противника перед нанесением ему укола бездействующим. Другим примером может служить любая быстрая атака с обманом или с ударом (батманом) по оружию противника, во время которой, вследствие ее быстроты, атакующий не успевает как-либо реагировать на неожиданные действия атакованного противника. Действия атакующего исходят здесь только из уверенности в возникновении у противника вызываемых реакций.

Атаки второго типа, т. е. с непредвиденным, импровизированным во время выполнения их завершением, исходят из учета реакций противника на предварительное сближение. Например, саблист, делая не быстро шаг вперед или начало броска, наблюдает за противником и, увидя у него пугающее движение оружием в пятую защиту, наносит удар по правому боку с выпадом или в конце броска, в зависимости от возникшей дистанции.

В атаках этих типов, как и в других тактических разновидностях атак, непременным условием для их успеха остается внезапность последнего действия. Фехтовальщик должен уметь выполнить и применить атаки обоих типов, из которых каждая, в зависимости от особенностей противника и боевых ситуаций, имеет свои преимущества, недостатки и тактическое оправдание. Однако в учебных боях следует уделять больше внимания упражнениям в выполнении и применении атак с непредвиденным их завершением, как развивающих быстроту и точность сложной реакции во всех ее звеньях и воспитывающих сложный, остро комбинированный стиль и прочную защиту.

Тактические разновидности атак

Тактическими разновидностями атаки являются: основная атака, называемая обыкновенно просто атакой, контратака, повторная атака, ответная, ложная атака, атака второго намерения и в боях на шпагах, кроме того, встречная. Все эти атаки определяются по моменту взаимодействия фехтующих, в который они выполняются. Момент этот создается фехтовальщиками обыкновенно умышленно, чтобы обеспечить внезапность, неожиданность начала атаки.

Основная атака — это атака, совершаемая на не атакующего противника и без непосредственной связи с предшествующими основными действиями обоих фехтующих.

Контратака является наиболее активным противодействием атаке. Смысл этого действия заключается в использовании атакуемого приближения противника для совершения на него своего нападения. Наиболее надежны контратаки с опережением уколом-ударом укола-удара атакующего. Применимы контратаки и без опережения попытки атакующего колоть или рубить, но в этом случае необходимо избегать получения от него укола-удара при помощи оппозиции, отклонения или отступления.

Неожиданность контратаки обусловлена тем, что фехтовальщик, начавший действительную атаку, обыкновенно предполагает ее своевременность, т. е. неожиданность для противника, и поэтому не может достаточно быстро и точно реагировать на непредвиденные им контрдействия противника.

Контратакующие уколы или удары в темп с отходами применяются также с целью обыграть момент сближения атакующего фехтовальщика, а также отдалить возникновение такой дистанции, с которой он сможет

совершить укол (удар) и, следовательно, получить дополнительные возможности для опережения атакующего своим уколом или ударом. Контратакующий укол (удар) в темп три отступления у всех фехтовальщиков, кроме шпажистов, — как правило, действие преднамеренное, т. е. подготовленное заранее, что позволяет его осуществить без потерь во времени.

Неожиданность и выгодность повторной атаки обуславливается тем, что она может настичь фехтовальщика в момент ослабления его оборонной бдительности, возникающего у него сразу же после выявления безрезультатности предыдущей атаки противника.

Неожиданность и выгодность ответной атаки обуславливается тем, что она совершается на фехтовальщика, только что закончившего свою атаку, который может еще не успеть переключить свое внимание на возможность атаки со стороны противника.

Неожиданность получения фехтовальщиком укола или удара в атаке второго намерения, начатой его противником, обуславливается тем, что противник, будучи уверен в возможности успешно контратаковать ложно атакующего фехтовальщика или «анести ему ответный укол (удар)», после взятой им защиты, может оказаться не готовым к продолжению схватки.

Ложная атака. Ложной атакой называется действие фехтовальщика, похожее по форме на атаку, но не преследующее цели непосредственного нанесения удара (укола), а разрешающее задачи подготовки успешности действительных попыток поразить противника. Такими задачами могут быть: разведать оборонные намерения противника, овладеть полем боя, в относительной безопасности приблизиться к противнику, вызвать определенные реагирования, оттеснить противника при своем стоянии на задней границе, замаскировать начало действительной атаки и т. д.

Особо важное значение имеет ложная атака как способ относительно безопасного приближения к противнику. Холостное движение удара (укола) в этой атаке предохраняет фехтовальщика от учащенного применения противником останавливающего удара (укола), так как при его наличии холостное движение удара (укола) становится действительным. В то же время, приблизившись в ложной атаке, фехтовальщик имеет хорошую возможность развить ее в действительную повторную атаку.

Простая атака, вызывающая контратаку при фехтовании на рапирах и саблях, внешне имеет некоторое сходство с ложной атакой, но по своему замыслу является не разведкой и не способом сближения, а вызовом. Фехтовальщик, находясь в дальней дистанции и предполагая у своего противника намерение контратаковать с движением вперед, в одном выпаде совершает колющее или рубящее движение. Противник, исходя из дистанции, принимает начало выпада на шаг вперед и контратакует, вследствие чего и оказывается достигнутым оружием противника. Удары (уколы) в этих случаях обыкновенно наносятся в одно время, так как атакующий не может в своем выпаде спешить с совершением удара (укола) ранее того момента, когда приближение противника в его контратаке сделает это возможным. Одновременность уколов в этом случае является желательной для атаковавшего, ибо, согласно правилу, удар (укол) будет засчитан фехтовальщику, опоздавшему с контратакой.

Встречная атака, как преднамеренное действие, ведущее к победе в бою, применяется только в фехтовании на шпагах, где одновременные уколы независимо от тактического содержания фразы присуждаются обоим. Однако и в шпажном бою фехтовальщик, которому выгоден обоюдный и параллельный рост числа уколов, должен всегда, выполняя встречный укол, стремиться к опережению своим уколом укола противника.

Тщательная подготовка фехтовальщиком своей атаки, и тем более против опытного противника, невозможна без должной концентрации внимания и мыслей на ней. Однако этому мешают опасения быть атакованным. Эти опасения возникают тем больше, чем чаще фехтовальщик подвергается атакам противника. Атаки, производимые противником, заставляют фехтовальщика переключать свое внимание и мысли в значительной мере и на оборону. Чтобы фехтовальщику не утратить нападающего стиля ведения боя, он должен отлично владеть техникой защиты и быть уверен в их успешности в любые моменты боя. Это позволит фехтовальщику, выйдя на поле боя, постоянно теснить противника и относительно спокойно готовить атаки и побеждать в них. Именно такой стиль ведения боя является отличительной чертой больших мастеров фехтования.

Действия обороны

Обороной называется противодействие фехтовальщика нападающим действиям противника, производимое с целью избежать получения укола или удара.

Оборона может быть активной и пассивной. Активная оборона характеризуется стремлением обороняющегося не только избежать получения удара (укола), но и использовать приближение противника для нанесения ему поражения. Сюда относятся защиты с ответами. Пассивная оборона ограничивается только предотвращением получения удара (укола). Это отступление, разрывающее дистанцию боя и защиты без последующих ответов. Действия обороны — ответные в широком смысле этого слова, поэтому обороняющийся, как правило, не владеет инициативой и не имеет преимуществ начала движения, если он сам не вызывает атаку противника. Однако в бою эти невыгодные моменты могут компенсироваться разнообразием противодействующих атак средств: защит с ответами, контратак, ловли оружия, уколов или ударов в темп при отходе атакованного и т. д. Разнообразие фехтовальщика в противодействиях нападению часто лишает его противника смелости и решительности при выполнении атак, поэтому фехтовальщик, отражая атаки, не должен быть привержен к узкому кругу приемов. Действия в обороне могут быть преднамеренными, задуманными заранее, и не преднамеренными. Преднамеренные действия обороны осуществимы тогда, когда внимание фехтовальщика в момент начала атаки противника было сосредоточено на ожидании этой атаки.

Непреднамеренные действия обороны возникают тогда, когда фехтовальщик был застигнут атакой

противника неожиданно. В этих случаях особенно важно уметь защищаться оружием.

Известно, что фехтовальщики с плохо поставленной защитой всегда ведут бой очень тревожно, теряя боевое пространство и чрезмерно расходуя нервную энергию в бурных реагированиях на малейшие попытки противника атаковать.

Преднамеренность оборонных действий может быть обобщенной и конкретной. Обобщенной она бывает тогда, когда ожидалась атака вообще, без предугадывания ее содержания. Конкретной преднамеренность становится тогда, когда фехтовальщик сам вызывает противника на попытку нанести укол или удар в определенном месте. Это последнее бывает обычно во время боя, идущего на дистанциях, несколько меньших дальней. Преднамеренными действиями легко оперировать: против ожидающейся, но неопределенной атаки фехтовальщик может задумать конкретные или безотносительные защиты в умеренном отступлении с последующими ответами, ловлю оружия с шагом вперед и ответом, отступление с «выкинутой рукой», безотносительную сложную систему защит, стоя на месте с ответом, вольт, контратаку с последующим отступлением или в конце концов только глубокое отступление. Все эти действия при этом могут выполняться вариативно и в разные моменты атаки противника. Выполнение преднамеренных защит застает фехтовальщика в полной бдительности и готовности к соответствующему защитному движению, что позволяет производить его технически правильно и с минимальным отставанием начала защитного движения от начала атакующего движения (удара или укола). Более того, при взятии заранее определенной защиты можно начать выполнение ее раньше, чем можно было бы определить истинное направление движения укола (удара) противника, если бы его атака оказалась неожиданной.

Непреднамеренные оборонные действия, и в частности защиты, возникают почти произвольно, с минимальным контролем сознания, как непосредственное реагирование на неожиданно увиденное в действии оружие противника. Этими защитами, однако нуждающимися в высокой степени автоматизированности двигательного навыка, фехтовальщик должен овладеть в полной мере, чтобы применение их в бою приводило в большинстве случаев к успеху. Являясь последней линией обороны, эти защиты должны стать фундаментом оборонных действий фехтовальщика, и надежность их должна освободить его сознание от излишней боязни нападения противника и создать наиболее благоприятное психическое состояние и настроение для активного и успешного тактического творчества в бою.

Применение этих защит от неожиданного укола (удара) облегчается тем, что во время приближения атакующего фехтовальщика к противнику последний успевает начать движения назад, что удлиняет время выполнения укола (удара). Поэтому защиты, как правило, выполняются с одновременным небольшим отходом назад.

Разновидности защит

Все защиты (парады), независимо от того, преднамеренные; они или нет, разделяются по моменту их применения и задаче на конкретные, обобщающие (или безотносительные), условные («взятие клинка»), ложные и защиты второго намерения. Содержание и боевой смысл конкретных защит, обобщающих и условных, достаточно раскрыты в четвертой главе при описании ра-пирных защит.

Ложная защита, подобно условной, не является действительной защитой. Применяется она в сочетании с таким глубоким отходом, который делает защитное движение ненужным как защиту. Тем не менее она находит широкое применение: во-первых, как выгодное исходное положение для атаки (ответной), и, во-вторых, как маскировка истинных оборонных намерений, т. е. как подготовка контратаки и истинной защиты.

Защита второго намерения по форме похожа на ложную защиту, отличаясь от нее лишь меньшей глубиной отхода, что делает ее нередко действительным актом защиты. По замыслу она является вызовом сдвоенного укола-удара с тем, чтобы, отпарировав его повторной истинной защитой, нанести ответ.

Пассивные оборонные действия обычно свидетельствуют о недостаточном самообладании фехтовальщика. Защита без ответа (пассивная оборона) — непростительное неумение использовать выгодный момент, а глубокое отступление с разрывом боевой дистанции — потеря поля боя, т. е. маневренных возможностей. Применение пассивных оборонных действий допустимо лишь в качестве тактической подготовки успешности последующих боевых действий, а также в качестве одного из приемов разведки противника.

Значение отступления

Задачи отступления могут быть самые различные. Основной задачей отступления, сочетаемого с действиями оружием, является в широком смысле этих слов выигрыш времени. Беря защиту или нанося удар (укол) в темп в отходе, фехтовальщик удлиняет время выполнения противником удара (укола), что содействует успешности действий оружием отступающего. Большое значение имеет отступление при внезапно начавшейся атаке противника. Здесь оно опять-таки дает добавочное время на то, чтобы атакованный имел возможность «собраться» и действовать наилучшим образом. Умелое отступление может исказить движения противника, «растягивать» их. Так, начиная отход в самом начале рубочного движения противника и тем более в повторных попытках его, можно вызвать в движениях противника искажение техники, «затянутость», что является лучшим условием для нанесения ему удара в темп. Кроме того, быстрое и глубокое отступление позволяет делать очень эффективные вызовы в процессе отхода.

Глубокое отступление с выходом из дистанции боя, если оно не стало единственным средством обороны, не является предосудительным приемом. Оно может оправдывать себя как создание момента для наблюдения за атакой противника, как провоцирование противника на следующую растянутую атаку, как повержение противника

в неверие в свои атакующие возможности и, наконец, как способ избежать получения ударов (уколов) в неожиданных, непонятных и поэтому опасных атаках противника.

ТАКТИЧЕСКИЕ ТИПЫ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ

Тактическое творчество фехтовальщика всегда с большой полнотой отражает личность спортсмена, его характер, морально-волевую сторону человека и особенности его кортикальных процессов возбуждения и торможения (темперамент). Поэтому тактика фехтовальщика глубоко индивидуальна, хотя она в то же время в большой степени отражает особенности и направление тактической выучки. Ясно выражаемое проявление индивидуальности в тактике ведения боя позволяет говорить о тактических обликах фехтовальщиков, о тактических типах.

Определение тактических типов фехтовальщиков-бойцов имеет большое значение в умении фехтовальщика создавать верное представление о противнике и на основании этого представления составлять наиболее соответствующий особенностям противника план боя.

Активность и пассивность

По психологическим признакам всех фехтовальщиков схематично можно разделить на два основных типа: активный фехтовальщик-боец и пассивный.

Активный фехтовальщик-боец пытается управлять ходом боевых взаимодействий, он не выжидает, не «высидивает» оплошности противника для нанесения ему укола или удара, а создает обстановку, способствующую возникновению ошибочности действий противника, ускоряет возникновение боевых схваток, идет на обострения, часто атакует. Отличительными его чертами являются: сильная воля, целеустремленность, смелость, решительность.

Пассивный фехтовальщик-боец отдает инициативу в действиях противнику, обрекая себя на пассивность, предпочитает действовать в обороне, склонен к длительным бездействиям и выжиданиям во время боя. Психологически он характеризуется недостатком воли, нерешительностью, безинициативностью, слабо развитым тактическим мышлением.

Разумеется, что между этими крайними, так сказать чистыми, типами имеются промежуточные типы с теми или иными отклонениями в сторону активного или пассивного фехтовальщика-бойца. Эти два тактических типа фехтовальщиков обусловлены характером и физиологическими особенностями деятельности центральной нервной системы.

По более узкому, специально фехтовальному, признаку по склонности действовать в нападении или обороне фехтовальщиков можно разделить на бойцов атакующего стиля и оборонительного. Бойцы атакующего стиля, как правило, принадлежат к активному типу. Бойцы оборонного склада — к пассивному типу. Не редкость, однако, бойцы, которые сочетают активность со склонностью действовать в обороне. Не вникая в бой таких фехтовальщиков, можно и не заметить, что они «хозяйничают» в бою, вызывая противника на желаемые им атаки, в противодействиях которым они и проявляют свое боевое преимущество перед противником.

Преднамеренность и экспромт

По чисто тактической манере ведения боя, обусловленной особенностями обучения и тренировки, т. е. по направленности тактического мышления, фехтовальщиков, как пассивных, так и активных бойцов, можно разделить, правда тоже схематично, на две группы: фехтовальщиков преимущественно преднамеренных действий и фехтовальщиков преимущественно мгновенно импровизированных действий.

Здесь, так же как и в предыдущей типовой классификации, следует иметь в виду, что не существует фехтовальщика, действующего только преднамеренно или только импровизирующего.

Фехтовальщик преднамеренного действия, задумав применить определенный тактический прием, подводит под него свои боевые действия или выжидает момент, когда задуманный прием окажется осуществимым, пропуская при этом часто моменты, выгодные для применения других, не задуманных им приемов. Такая статичность замысла, такая навязчивая преднамеренность приводит к неполноценному тактическому общению с противником и к редким по времени включениям в боевые схватки. Положительной стороной фехтовальщиков преднамеренного действия является возникающая у них склонность к сложным многотемповым действиям, стремление к сложному острокомбинационному бою, основанному на тщательном изучении противника.

Фехтовальщик мгновенно импровизированных действий не обременен замыслом, преднамеренностью он обычно играет оружием и дистанцией для создания боевой обстановки, чреватой разнообразными моментами и дающей простор для самых неожиданных боевых импровизированных действий, возникающих на основе мгновенных решений, вытекающих из внешней боевой ситуации и не успевающих даже облечься во внутреннюю словесную форму. Преимуществом фехтовальщика мгновенно импровизированных действий, обусловленных подвижностью его мышления, является разнообразие действий, их многочисленность и неожиданность, а недостатком — отсутствие твердой целенаправленности в обыгрывании слабых сторон противника и неглубокое нередко проникновение в будущий ход взаимодействий с противником.

Разная тактическая манера боя — установка на преднамеренные действия и на импровизированные — находит в большей или меньшей мере место у фехтовальщиков обоих психологических складов — активных и пассивных. А это ведет к возникновению у разных фехтовальщиков бесчисленных сочетаний типовых черт, т. е. к

большому количеству фехтовальщиков смешанного типа, значительно отличающихся один от другого как по тактике, так и по манере, стилю ведения боя.

Фехтовальщик каждого типа, постоянно пользуясь на тренировках и в бою тактическими и техническими приемами своего, только ему присущего арсенала боевых средств, совершенствуется в своей манере вести бой и может стать сильным фехтовальщиком. Однако достижение высокого спортивного мастерства возможно только при сочетании качеств активного типа фехтовальщика с умением, когда это требуется, действовать и преднамеренно и импровизированно. Создание такого типа фехтовальщика возможно, вопреки некоторым, глубоко заложенным в человеке чертам характера, но для этого требуется большая и трудная, зато благодарная работа фехтовальщика по самовоспитанию, без которой все усилия тренера не могут привести к существенному результату.

Сложная игра и упрощения

Различаются фехтовальщики своей склонностью к сложно-комбинированным завязкам и, наоборот, к коротким одиночным действиям. Эта склонность наиболее полно проявляется в реагированиях фехтовальщика на обнаруженные вызовы бойца. Реагирования могут быть: 1) контактирующими до известного момента с желанием противника (у любителей комбинационных осложнений) и 2) отвергающими с самого начала предлагаемый противником йвов (у фехтовальщика, склонного к упрощениям). При контактирующих реагированиях фехтовальщик, поняв вызов противника, принимает его приглашение и производит вначале желаемые противнику действия, а затем прибавляет к ним концовку, не входившую в планы противника и ведущую к его поражению. Например, противник-рапирист, находясь на дальней дистанции, периодически делает захваты в четвертое соединение, вызывая этим атаку двойным переводом. Фехтовальщик, поняв его замысел (вызов), идет на приглашение, атакуя двойным переводом, но выполняет атаку ложно, т. е. несколько укороченно, чтобы успеть взять защиту от задуманного противником ответа и нанести ему укол в контрответе. Такие контактные, согласованные с противником, реагирования ведут к сложному, комбинационному бою, требующему безупречного владения техникой.

При реагированиях, отвергающих вызовы противника, фехтовальщик, понимая, чего желает противник, использует его вызов для совершения несложного действия, не предполагаемого противником и идущего с самого начала вразрез предлагаемой противником игре. Например, противник-рапирист, также как и в первом примере находясь на дальней дистанции, периодически делает захваты в четвертое соединение, вызывая атаку двойным переводом, на что фехтовальщик, понимая его замысел (вызов), сразу же нарушает контакт, производя на движение вызова контрзахват в шестое соединение с шагом вперед и последующим уколом прямо. Такие реагирования на вызовы, отвергающие тактическую игру противника с самого начала, ведут к укороченным боевым схваткам и к различным столкновениям оружия. Бой становится прерывистым, внешне некрасивым и невыгодным для любителя сложной, комбинационной манеры боя.

Бойцы узкого и широкого круга действий

Довольно явственным признаком фехтовальщиков является приверженность к применению узкого круга действий или свободное пользование всеми известными им и импровизированными действиями. Первые можно назвать однообразными, а вторых разнообразными. Однако здесь необходимо уточнить эти понятия в применении их к фехтованию. Критерием разнообразия фехтовальщика является не столько количество используемых им технических приемов, сколько разнообразие подготовки эффективного применения их и место этих приемов в тактических взаимодействиях фехтовальщиков. Примером фехтовального разнообразия при ограниченности завершающих приемов является многократный чемпион мира венгр П. Ковач. Применяя почти исключительно два удара: по голове и реже по руке и правой стороне тела,— он был в период своего спортивного расцвета неистощим в разнообразии подготовки и применении этих ударов. Однообразные фехтовальщики — большей частью бойцы преимущественно преднамеренных действий. Боевое разнообразие фехтовальщиков обычно вытекает из острого и точного тактического общения с противником, поглощающего бойца и заставляющего его представлять возможные контрдействия на все действия противника. В этом случае фехтовальщик становится неограниченным в своем разнообразии: различие его противников и острота его тактического общения являются постоянной предпосылкой его разнообразия. Немалую роль в становлении боевого разнообразия играют систематизированные знания фехтовальщика, позволяющие ему в каждый момент боя ясно представлять себе весь комплекс приемов, которые могут быть применены в подобной ситуации.

ТАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ЧАСТНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ТАКТИКИ

Тактика фехтовальщиков должна основываться «а знаниях, сообщаемых тренером, приобретаемых го специальной литературы и добытых в личном боевом опыте и в наблюдении боев других фехтовальщиков. Обобщенный тактический опыт выражается в следующих требованиях: фехтовальщики должны быть активными, действовать неожиданно, решительно и быстро, сохранять ясную голову и самостоятельность мышления, подавлять волю противника и завладевать инициативой, создавать у противника ошибочные представления о своих возможностях и намерениях, навязывать ему невыгодные для него поведение и действия, заставлять делать то, что у него получается наиболее слабо, и самому пользоваться тем, что наиболее удастся.

Советы общего психологического характера, например не теряться в бою, подавлять волю противника и т. д.,

не вооружают сами по себе человека новыми качествами и способностями. Они являются лишь утверждением выгодных положительных моментов и указаниями, направляющими внимание и волевые усилия спортсмена в нужном направлении как во время боя, так и особенно в повседневной учебно-тренировочной работе.

Более конкретные тактические положения вследствие невозможности учитывать все разнообразие тактических и психологических ситуаций боя страдают некоторой схематичностью, но тем не менее при начальном освоении тактики боя знание их необходимо:

- 1) в любом бою — учебном или соревновательном, — нанеся противнику или получив от него укол или удар, следует немедленно разобраться в состоявшихся действиях и сделать четкий вывод о причине успеха или неудачи;
- 2) в действиях противника следует запоминать и изучать все, что создает трудности в борьбе с ним, и в дальнейшем включать изученное в свою боевую практику, постоянно таким образом обогащая ее;
- 3) в бою с любым противником фехтовальщик должен всегда пытаться победить его, используя в полной мере все свои боевые возможности;
- 4) в бою с противником, имеющим превосходство в технике, следует стремиться к переигрыванию его в тактике, не входя при этом в технически сложные завязки;
- 5) противника, сильного в атаке, следует заставлять действовать в обороне, а сильного в обороне выгодно вызывать на атаку, не забывая при этом, что хорошо подготовленное нападение все же является наиболее верным средством достижения победы;
- 6) противника с быстрой и техничной рукой, но с короткими передвижениями в атаке следует держать на такой дистанции, с которой его атака невозможна, а на него вполне осуществима;
- 7) против фехтовальщика, ведущего бой в быстром темпе, напористо и хаотично, несмотря на непонятность его движений, выгодно держаться спокойно и применять простые действия, не связывая их с предполагаемыми действиями противника;
- 8) намерение, выданное невольным жестом, следует заменить другим;
- 9) действие, в результате которого противник получил укол или удар, не следует повторять сразу; нужно заставить противника забыть о нем и лишь тогда воспользоваться им снова;
- 10) против фехтовальщика, атакующего бурно и не врасплох, выгодно применять разнообразные контратаки;
- 11) против любителей контратак следует применять тщательно подготовленные атаки врасплох, а если это не удается, ложные атаки с целью вызвать противника на излюбленный прием, простые атаки с односложным движением вперед и атаки с неожиданными разнообразными действиями на оружие противника;
- 12) фехтовальщику небольшого роста в бою с противником высокого роста следует сближаться, применяя при этом действия на оружие;
- 13) против фехтовальщика, владеющего сильной защитой и строящего на ней бой, выгодно применять комбинированные атаки, атаки с несколькими обманами и ложные атаки, вызывающие защиту и привычный для противника ответ;
- 14) в бою с противником, плохо действующим на ближней дистанции, следует постоянно создавать ее;
- 15) против фехтовальщика, успешно применяющего атаки с ударами (батманами) по оружию и захватами оружия, выгодно держать свое оружие в постоянном движении или опущенным вниз (восьмая позиция и «опущенная рука» при фехтовании на саблях);
- 16) против любителей атак с обманом следует применять контратаки и защиты, полно реагируя в них лишь на последнее, завершающее атаку движение оружия противника.

* * *

Все изложенные тактические положения применимы и в отношении противника-левши. Утверждение о наличии у фехтовальщиков-левшей каких-то специальных, присущих только им двигательных и тактических особенностей, необоснованны. В частности, утверждение об исключительной силе четвертой защиты левши является ошибочным и возникает лишь от непривычности ощущения фехтовальщика в бою при встрече четвертой защиты там, где обычно он имеет дело с менее активным движением оружия противника в шестой защите. Особые технические затруднения в ведении боя с противником-левшой могут возникать от непривычности положения его оружия и руки в боевых ситуациях и некоторого в связи с этим неудобства в выполнении приемов. Однако эти затруднения легко устраняются путем включения в индивидуальные уроки специальной тренировки в выполнении приемов против левши, а в учебные бои — тренировочных боев с левшой.

Следование советам конкретного характера, изложенным выше, не должно приводить к тактическим стандартам, к однообразию. Фехтовальщик должен быть тактически разнообразным, чтобы затруднять противника в его стремлении предвидеть действия и предугадывать намерения. Приверженность фехтовальщика к использованию только небольшой группы тактических приемов позволяет противнику без труда найти неопровержимый план боя и приемы тактических юманизаций. Необходимость быть разнообразным в бою включает в себя и необходимость, когда этого требуют обстоятельства, оказаться и однообразным. Более того, однообразие приемов или даже повторение одного и того же приема несколько раз подряд может стать обманывающим и поэтому эффективным, но только в случае ожидания фехтовальщиком от своего противника неопровержимого разнообразия.

Стремление к тактическому разнообразию не должно противоречить преимущественному использованию фехтовальщиком в соревновательном бою своих «излюбленных» технических и тактических приемов, приносящих обычно ему успех. В этом случае тактическое разнообразие должно проявляться в подготовке применения излюбленных приемов, которая должна быть столь разнообразной, чтобы повторное использование даже ожидаемого противником приема оказалось бы для него снова неожиданным. Например, излюбленный прием фехтовальщика-рапириста, приносящий ему успех, — ответ с переводом после взятия четвертой защиты;

противник, получивший уже несколько уколов в таких ответах, насторожился против этого приема и перестал даже атаковать. Тогда фехтовальщик сам; атакует противника, вызывая его на четвертую защиту и попытку отвечать уколом прямо, которая опять-таки отражается четвертой защитой с последующим ответом переводом; излюбленный прием применен вновь, но уже в новой, неожиданной для противника обстановке.

В фехтовальном бою в некоторых случаях для обмана противника допустимо совершение и кажущихся нелепостей — ударов по закрытому месту. Такие удары, однако, приносят успех вследствие того, что фехтовальщик обычно и не допускает мысли, что его умный и опытный противник попытается их совершить. Например, фехтовальщик-саблист сближается, приняв пятую позицию, вызывая этим противника на совершение контратаки ударом по руке снаружи, на что последний, не спеша, рубит все-таки не открытое место, а голову. Контратака ударом по голове оказывается успешной лишь потому, что фехтовальщик, сближающийся в пятой позиции, заметив начало выпада в контратаке противника, поспешил послать оружие из пятой позиции в третью защиту, не допуская мысли, что возможна попытка удара по умышленно и заранее закрытому месту (голове).

Глава IX. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ ФЕХТОВАЛЬЩИКА

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

Задачами обучения фехтовальщика являются: 1) овладение техникой и тактикой фехтования; 2) укрепление здоровья и развитие физических качеств; 3) развитие моральных и волевых качеств; 4) сообщение знаний по основным вопросам теории и методики фехтования; 5) содействие воспитанию коммунистических черт характера фехтовальщика — гражданина СССР.

Обучение фехтованию представляет сложный педагогический процесс, в котором используются разные средства и методы физического воспитания вообще и самого фехтования в частности. Правильно организованный и систематически проводимый процесс обучения создает предпосылки к дальнейшему совершенствованию и достижению высоких спортивных результатов.

Методика обучения должна охватывать все стороны учебно-воспитательной работы. Чем совершеннее методика обучения, чем выше педагогическое мастерство преподавателя, тем скорее фехтовальщик сможет перейти от познания основ техники и тактики фехтования к спортивному совершенствованию и систематической **специальной тренировке.**

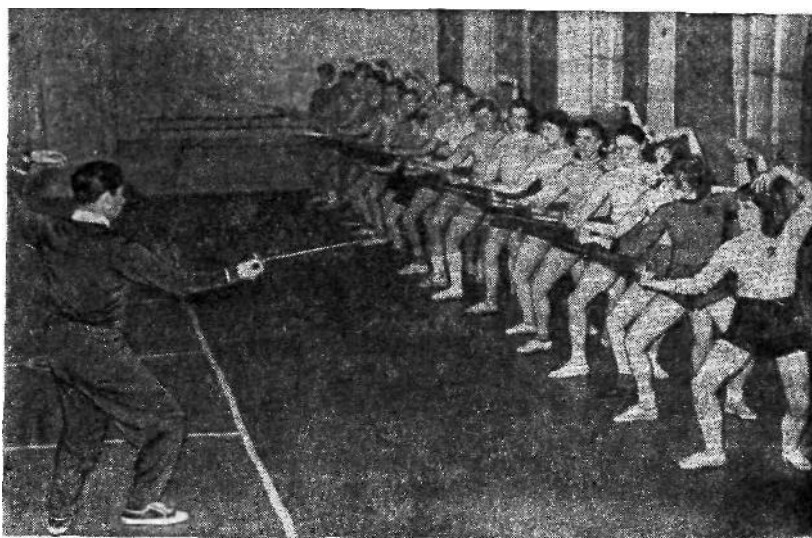


Рис. 227. Групповой урок. Упражнения без партнера

Организационно-методические формы обучения и тренировки

Групповой урок

Основной организационной формой учебно-тренировочной работы по фехтованию является групповой урок (рис 227), который должен:

- 1) иметь ясную цель и тему с конкретным содержанием, намечаемые преподавателем в соответствии с общими целями физического воспитания и частными задачами овладения фехтованием;
- 2) передавать обучаемым знания на высоком уровне педагогического мастерства и содействовать воспитанию квалифицированных спортсменов в духе коммунистической морали и советского патриотизма;
- 3) обеспечивать сознательное и прочное овладение специальными навыками и умениями;
- 4) последовательно и постепенно углублять и расширять навыки и знания по фехтованию и воспитывать стремление к дальнейшему совершенствованию;
- 5) закреплять навыки и знания, полученные на предшествующих уроках, и предусматривать приобретение

новых навыков и знаний (поэтому в каждый урок включаются все основные приемы фехтования, уже знакомые обучаемым, часть пройденного учебного материала из предыдущего урока и новый материал, который будет составлять предмет повторения на следующем уроке);

б) использовать разнообразные средства и методические приемы физических упражнений и фехтования.

Типы уроков

В зависимости от конкретных задач обучения и тренировки уроки фехтования могут быть четырех типов:

Учебные уроки, решающие задачи начального обучения основным приемам фехтования, дающие представление о фехтовальных положениях и действиях оружием (держание оружия, боевая стойка, передвижения, выпад, укол и основные удары, позиции, защиты, основные понятия о фехтовальных правилах и пр.).

В учебных уроках разрешаются также воспитательные задачи: ознакомление с дисциплиной строя, правилами поведения, гигиеническими требованиями, взаимопомощь и т. п. Эти уроки составляют небольшую часть времени учебно-тренировочного процесса в начале обучения (два-четыре первых занятия). Они могут иметь основное место в случаях, когда проводятся курсы, семинары и другие мероприятия, направленные на сообщение *hobaix* знаний по фехтованию.

Учебно-тренировочные уроки, решающие задачи обучения, закрепления и совершенствования спортивно-технических навыков и умений, приобретения знаний по фехтованию и другим дисциплинам, способствующим спортивному росту фехтовальщиков (гигиена, физиология, анатомия, история, педагогика, врачебный контроль, массаж и др.). Учебно-тренировочные уроки должны решать также задачи и общей физической подготовки, развития физических и психических качеств фехтовальщиков. Они представляют основной тип занятий по фехтованию и занимают главное место в обучении и тренировке.

Тренировочные уроки, разрешающие задачи совершенствования спортивно-технических навыков и умений и достижения высшего уровня состояния спортивной формы. В тренировочных уроках решаются также задачи углубления знаний фехтовальщика по тактике и индивидуальной технике, вырабатывается манера боя, ведется тренировка фехтовальщика в наиболее излюбленных приемах, достигается развитие специфической выносливости, осуществляется морально-волевая подготовка, необходимая для успешного выступления в соревнованиях. Эти уроки проводятся в **непосредственной близости к предстоящим соревнованиям** и в периоде сохранения спортивной формы.

Контрольные уроки, разрешающие задачи проверки усвоения спортивно-технических приемов и знаний по фехтованию на определенной стадии обучения или тренировки. Они могут также служить проверке подготовленности фехтовальщиков к спортивному бою и соревнованию. В зависимости от педагогических задач и плана контрольные уроки могут занимать все занятие или часть его.

Деление уроков на указанные типы является относительным, так как в каждом из них, в большей или меньшей мере, решаются задачи совершенствования, закрепления и контроля. Вместе с тем деление уроков на типы в зависимости от главных педагогических задач дает возможность более правильно установить задачи уроков в каждый период обучения и тренировки, а также конкретизировать методические приемы и средства для решения этих задач.

Структура урока

В типовом уроке предусматриваются три логически связанные части, каждая из которых имеет **основное назначение, частные задачи и главные средства**.

1. Вводная часть. **Основное назначение** — организация группы; общее повышение эмоционального состояния; введение в работу; специальная подготовка к выполнению основной работы.

Частные задачи — организованно начать урок, сосредоточить внимание; ознакомить с темой и задачами данного урока; провести упражнения, направленные на улучшение физического состояния; провести специально подготовительные упражнения для успешного выполнения основной работы (общая и специальная разминка).

Главные средства — строевые упражнения; фигурная маршировка; упражнения во время ходьбы; бег разной интенсивности с изменением направлений и добавочными движениями рук, туловища, ног; упражнения, выполняемые по внезапной команде или условному знаку, состоящие из принятия фехтовальных положений и выполнения фехтовальных движений; гимнастические упражнения без снарядов, со снарядами и на снарядах для развития разных мышечных групп, амплитуды; силы, быстроты, гибкости, координации движений; упражнения с предметами (гимнастическими палками, булавами, набивными и теннисными мячами); элементы акробатики; упражнения с партнером с разного вида сопротивлениями и элементарной борьбой; легкоатлетические упражнения (прыжки, бег из разных стартовых положений — низкий и высокий старт, сидя спиной к направлению бега, положение боевой фехтовальной стойки и пр.); упражнения фехтовального характера (с оружием и без оружия) в расслаблении мускулатуры, переключении от расслабления к напряжению, на чучелах и мишенях, перед зеркалом и т. п.

2. Основная часть. **Основное назначение** — овладение техникой и тактикой фехтования и совершенствование в них, повышение тренированности и достижение высокого уровня спортивной формы.

Частные задачи — изучение и совершенствование определенных приемов и действий фехтования, повышение их качества путем многократных повторений и применения в изменяющейся обстановке, специальная подготовка к напряженной работе в условиях соревнований, приобретение конкретных знаний по теории

фехтования.

Главные средства — упражнения в приемах и действиях фехтования, проводимые по команде и самостоятельно, с партнером по заданию тренера-преподавателя («контрю с ограничением и без ограничения приемов нападения и защиты различной сложности»); учебные и тренировочные индивидуальные уроки преподавателя; взаимные индивидуальные уроки по заданию преподавателя; учебные соревнования для совершенствования техники и тактики по определенному заданию и с предоставлением самостоятельности ученикам; соревновательные бои с разными условиями проведения (на счет уколов, на время, на выбывание, командные и личные, с гандикапом и пр.); практика в организации и судействе соревнований, в инструкторских навыках; сообщение знаний по вопросам техники, тактики, методики, организации и планирования обучения и тренировки, оборудования и инвентаря, гигиеническому режиму, самоконтролю, истории и теории фехтования и другим предметам.

3. Заключительная часть. **Основное назначение** — снижение возбуждения и напряжения центральной нервной системы, образовавшихся при выполнении основной работы; развитие и совершенствование физических качеств; организованное окончание занятия.

Частные задачи — разбор наиболее характерных положений данного урока и подведение его итогов; развитие конкретных физических качеств по плану данного урока (сила, гибкость, быстрота, прыгучесть, выносливость, координация или ловкость и т. п.); установление заданий для самостоятельной работы над совершенствованием тех или иных приемов и качеств.

Главные средства — упражнения по совершенствованию физических качеств; ходьба и бег; расслабление мускулатуры, принимавшей деятельное участие в фехтовальных движениях; упражнения без снарядов, со снарядами и на снарядах; специальные индивидуальные упражнения для развития и совершенствования отстающих физических качеств; краткие беседы по теоретическим вопросам; назначение индивидуальных заданий для самостоятельной работы; организационные задания и объявления.

После урока рекомендуются водные процедуры (теплый душ или ванна), самомассаж и массаж.

Примерный план-конспект урока по фехтованию на саблях

Исходные данные: количество занимающихся 16—20 человек; фехтованием на саблях занимаются 3 месяца; в основном овладели простыми атаками на голову, правый бок, левый бок, на руку сверху и снаружи, защитами третьей, четвертой и пятой и ответами после них; имеют навыки выполнения контррипостов после указанных атак и схваток; ознакомлены с атаками с обманом. Занятия обеспечено должным количеством фехтовального инвентаря и оборудования, чтобы проводить упражнения со всеми занимающимися одновременно.

Тема: совершенствование пройденных приемов и действий; овладение атаками с обманом со средней и дальней дистанции, защитами от них и ответными ударами.

Части урока	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
Ввод- ная 25 мин.	Общая разминка		
	1. Построение, рапорт, переключка		
	2. Упражнения в движении шагом: ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, на внешнем и внутреннем крае ступни с положением рук «за голову», «на пояс», «к плечам»	2—3 мин.	Упражнения во время ходьбы и бега проводятся потоком, следуя одно за другим без остановок
	3. Ходьба «широким» шагом со свободными попеременными взмахами руками вверх-назад с небольшими наклонами тела в такт движениям рук.	30—40 сек.	Преподаватель счетом и интонацией голоса акцентирует нужные моменты движений
	4. Ходьба полувыпадами, постепенно увеличивая амплитуду движения руками и переходя на движения полным выпадом	30-40 сек.	Замечания по выполнению делаются попутно с движениями
	5. Ходьба полувыпадами и выпадами со взмахами рук вправо и влево из положения руки перед грудью	30—40 сек.	Темп движений убыстряется, амплитуда увеличивается
	6. Бег «семенящий», обычный, доставая пятками заднюю поверхность бедра; вынося прямые ноги вперед, правым, левым боком и спиной вперед с высоким подниманием бедра, переход на «семенящий» бег и обычную ходьбу	1—2 мин.	Нужно все время следить за правильной, непринужденной осанкой
	7. Ходьба со взмахами рук, на каждый шаг одновременно, делая последовательно взмахи в стороны — вниз — вверх — вниз с полной амплитудой движений в плечевых суставах	20—30 сек.	
	8. Передвижение поочередно правым и левым боком вперед приставными шагами, имея положение йог, сходное с боевой стойкой	20—30 сек.	Быстрые короткие приставные шаги, изменяя положение по резкой команде или по сигналу

Части урока	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
	9. Постепенно переход на обычный бег, на медленный «семенящий» бег и на обычную ходьбу	1 мин.	Движение идет все время в одном направлении
	1. И. п. — ноги на ширине плеч, руки вверх-влево — взмахи руками через низ до положения рук вверх-вправо с соответствующим поворотом тела и обратно, ноги пружинно сгибаются в коленях, сопровождая движение руками	8—10 раз	
	2. И. п. — ноги на ширина плеч, руки на поясе — круговые движения в тазобедренных суставах по 4 раза влево и вправо попеременно, сохраняя по возможности горизонтальное положение плеч	8—10 раз	
	3. И. п. — то же — попеременные смещения в тазобедренных суставах влево и вправо	12—16 раз	
	4. И. п. — ноги на ширине плеч, ступни параллельно — пружинные приседания на полной ступне со свободным выносом рук вперед при приседе: на три счета — пружинно присесть, на четвертый выпрямиться в исходное положение	6—8 раз	
	5. И. п. — ноги широко врозь, руки в стороны — попеременные наклоны влево и вправо, сгибая ногу (противоположную наклону) и сопровождая наклоны взмахами рук: при наклоне вправо левая рука идет вверх, правая за спину и наоборот	6—8 раз	
	6. И. п. — основная стойка— на счет «раз» поднять руки вверх, на «два-три» пружинные наклоны вниз, не сгибая колен и доставая ладонями пол, на счет «четыре» выпрямиться в исходное положение	4—6 раз	
	7. И. п. — ноги вместе, руки в стороны, ладони вверх— круги руками назад и вперед попеременно по 4 круга в каждую сторону с изменением амплитуды от полной до минимальной	6-8 раз	
	8. И. п. — боксерская стойка — попеременно удары прямо, с боку, снизу — по 4 раза каждый удар подряд	6—8 раз	
	9. И. п. — ноги широко врозь, руки вниз — на два счета пружинно присесть на правой ноге, на «три» подняться в исходное положение. То же на другой ноге попеременно; руки при приседаниях выносятся вперед к полу к противоположной прямой ноге	По 8 раз на каждую ногу	
	10. И. п. — ноги врозь, руки в стороны — попеременные смещения плечевого пояса вправо и влево, как бы тягой руки в соответствующую сторону	16-20 раз	Стараться сохранять горизонтальную линию плеч и неподвижность ног и таза
	11. И. п. — левая рука впереди, правая нога отставлена на носок назад. Взмахи ногой вверх до касания левой ладони. То же другой ногой	По 8 раз	
	12. И. п. — высокий старт — движение руками, как при беге с разной скоростью, переходя от широких медленных движений к ускорениям и обратно	1—2 мин.	
	13. И. п. — выпад правой вперед — покачивание в выпаде; после 4 покачиваний поворотом сменить положение и сделать то же на другой ноге	4—6 раз в каждую сторону	
	14. «Семенящий» бег по кругу с расслаблением плеч и ног и различными подскоками	1 мин	
Специальная разминка с оружием			
	1. Легкие безостановочные шаги вперед и назад в боевой стойке	1 мин.	Обращать внимание на мягкость передвижений на сохранение горизонтальной линии плеч и на соблюдение правильной линии в позиции оружия
	2. Шаги вперед и назад попеременно с изменением позиции при каждом шаге из 3-й в 4-ю, 5-ю; из 5-й в 3-ю, 4-ю; из 4-й в 3-ю, 5-ю и др.	2 мин.	

Части урока	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания	
	3. Шаги вперед и назад с принятием защитных положений оружием на обозначение удара в разные линии, делаемые преподавателем	1 мин.	Стоя перед шеренгой, преподаватель передвигается и делает с полувывадами ударные движения в разные линии, следя за правильной реакцией защитных движений учеников	
	4. Передвижения шагами вперед и назад, сопровождаемое движением сабли: при шаге вперед оружие мягко выдвигается как на удар по голове, при шаге назад оружие убирается в 3-ю защиту	1 мин.		
	5. Передвижения шагами разной величины: маленький шаг вперед и затем большой шаг вперед; большой шаг вперед и сразу же маленький шаг вперед; шаг вперед и два быстрых шага назад; шаг вперед — шаг назад и сразу же скачок назад; скачок назад и два шага вперед и т. п.	1—2 мин.		
	6. Выпады разной величины с ударами в разные линии, при возвращении в боевую стойку берутся различные позиции	30-40 сек.		
	7. Из 3-й позиции: обозначение обманного движения удара на голову и удар по правому боку с выпадом; обозначение обмана на правый бок и удар по голове с выпадом; обозначение обмана на левый бок и удар по голове с выпадом	2 мин.	Сначала имитация атаки с обманом выполняется по команде, а затем на изменение позиции преподавателя. Затем преподаватель дает задание адресовать обман и удар в зависимости от его первоначальной позиции и реакции на обман	
	8. То же, но выполняя обманное движение с небольшим шагом вперед	1 мин.		
	9. Выполнение атак с движением флеша из неподвижного положения, из движения шага назад, из движения шага вперед	1—2 мин.		
	10. «Бой с тенью» с выполнением различных передвижений, защит, ответов с выпадами, шагами и выпадами, с флеш-атаками (по усмотрению учеников)	2 раза по 1 мин.	Во время «боя с тенью» требуется непрерывное движение фехтовальщика и логичные действия, показывающие, что ученики действительно представляют воображаемого противника	
	11. «Семенящий» бег, держа саблю в левой руке, выполняя различные движения для расслабления плеч и ног	1 мин.		
	Основная 65-70 мин.	Упражнения в парах		
		1. Стоя на дальней дистанции вне соединения, передвижения с сохранением дистанции	1—2 мин.	Поочередно, один из партнеров передвигается и открывает разные линии для атаки, куда второй должен нанести удар (укол). При выполнении атак с шагом вызывающий открывает линию после шага партнера
2. Совершенствование простых атак с выпадом со средней дистанции, а затем с шагом и выпадом — с дальней дистанции на вызов партнера переменой позиции		4—6 мин.		
3. Совершенствование защитных действий на месте, а затем с шагом назад		2—3 мин.	По назначению преподавателя – поочередно выполнять роль атакующего, следя за четкостью своего обозначения удара и за правильностью реакции партнера	
4. Совершенствование защит и ответов после них. Сначала на месте, а затем с шагом назад		4—6 мин.		
5. Упражнения в боевых схватках после атакующих движений: после атаки на правый бок, оставаясь на выпаде, защититься от ответа и дать контрответ; то же после атак в другие линии		6—8 мин.	Сначала преподаватель командует действиями, а затем ставит задание и следит за тем, как оно выполняется самостоятельно	
6. Упражнения в боевых схватках из защитных действий: на удар по голове взять 5-ю защиту и ответить на правый бок, на контрответ партнера на голову — взять еще раз 5-ю и ответить на голову; на атаку на правый бок взять 3-ю и ответить на голову; на контрответ партнера на правый бок еще раз взять 3-ю и ответить на голову; на удар по левому боку взять 4-ю и ответить на голову; на контрответ партнера по голове взять 5-ю и ответить на правый бок и т. п.		6-8 мин.		

Части урока	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
	7. Освоение атак с обманом: Поочередное выполнение атак со средней и дальней дистанций; обман на голову и удар по правому боку; обман на правый бок и удар по голове; обман на левый бок и удар по голове; обман на голову и удар по левому боку (без прорезания)	10—15 мин.	Сначала выполнять по команде преподавателя, а после уяснения механизма и смысла самостоятельно с помощью партнера, который делает вызовы, реагирует на обман и «пропускает» удар
	8. Освоение защитных действий от атак с обманом: выполнение двух защитных движений на заданную обманную атаку; выполнение защит на безусловленную атаку с обманом; выполнение защит от атаки с обманом и ответные удары после них	8—10 мин.	Поочередно партнеры выполняют роль атакующего и обороняющегося сначала по команде, а затем по назначению, но самостоятельно
	9. Построение схватки после обманной атаки и после защит от обманной атаки (как и при совершенствовании простых действий)	4—6 мин.	
	10. Контры на простые атаки со средней дистанции по заданию, а затем с самостоятельным выбором линии атаки	3—4 мин.	Поочередно выполняют по 10 атак, сначала оговорив условия, а затем без обусловливания
	11. Контры на простые атаки с дальней дистанции	3—4 мин.	
	12. Контры на выполнение атак по выбору атакующего (с дальней дистанции)	5—6 мин.	
	13. Учебный бой в замедленном темпе в виде «рипостной игры»	8—10 мин.	Главное внимание обращается на обыгрывание действий противника ведением клинка в открытую линию
	14. Соревновательные бои на три удара	4—5 мин.	
	15. Повторение простых атак в разные линии по команде с фиксацией конечного положения	10—15 атак	
Заключительная 25-30 мин.	1. Медленный бег с переходом на «семенящий» бег с подскоками на одной и двух ногах с расслаблением мышц: ног, плечевого пояса и тела	2—3 мин.	Все упражнения направляются на отвлечение от фехтовальных напряжений и эмоций и на развитие физических качеств фехтовальщиков
	2. Упражнения для развития гибкости: наклоны вперед, назад, в стороны, стоя и сидя на полу, на гимнастической скамье, «шпагат» и т.п.	8—10 мин.	
	3. Прыжки в высоту с разбега через препятствие на высоте 100—120 см, прыжки через два последовательно поставленных препятствия на расстоянии 5—6 м; прыжки в длину с места в виде соревнования	5—8 мин.	
	4. Сгибание рук в положении упора лежа за руками	1—2 мин.	
	5. Упражнения в расслаблении мышц плечевого пояса и рук	2—3 мин.	
	6. Игра «Делай так, делай этак» с выбыванием за ошибку	2—3 мин.	
	7. Ходьба с выполнением обусловленных строевых приемов на внезапные сигналы (зрительные или звуковые)	1—2 мин.	
	8. Подведение итогов урока с замечаниями и объявлениями	5 мин.	
	9. Окончание занятия: прощальное приветствие, душ или обмывание		

Организационно-методические указания к проведению урока

Перед уроком преподаватель должен проверить свою готовность к занятиям, определить и каниретизировать тему урока, наметить пути к осуществлению задач, поставленных по плану, учтя пройденное и запланированное для последующего освоения. Следует учитывать, что **основное** назначение частей урока остается неизменным на длительный срок, а частные задачи должны решаться в каждом конкретном уроке.

План урока должен предусматривать конкретные задачи, намечать определенные методические приемы и средства для решения этих задач и определять дозировку упражнений.

Опыт показывает, что при **проведении обучения** фехтованию особое значение имеет узкая тематизация с указанием двух-трех конкретных приемов, подлежащих усвоению в данном уроке. Узкая тематизация придает четкую целенаправленность, оставляет ясное представление о проведенном уроке, позволяет более углубленно

остановиться на качестве выполнения приемов и действий, предъявить максимальные требования к точности выполнения основного и добавочных вариантов приема или действия. Преподаватель должен ясно представлять, какого уровня в овладении приемом нужно достигнуть в данном уроке, не завышая и не занижая требований, учитывая возможности учеников и сложность задания. Узкая тематизация имеет особый смысл при обучении молодых фехтовальщиков в первом году занятий, когда большое разнообразие материала в уроке может привести к расщеплению внимания, снизить интерес и повредить качеству обучения.

Первая часть урока — вводная. Упражнения, включаемые в первую часть урока, должны быть знакомы^Λ занимающимся, не требующими специальных разъяснений и разучивания. Естественно, что это достигается не сразу, и для того, чтобы обучаемые приобрели необходимый запас двигательных навыков, следует на протяжении определенного периода давать комплекс одинаковых упражнений, которые постепенно, после освоения, заменяются другими, сходными с ними по характеру. Упражнения нужно подбирать так, чтобы они по возможности охватывали большие группы мышц и были направлены на улучшение гибкости, эластичности, быстроты и ловкости.

Упражнения общего воздействия на организм составляют **общую разминку**, а упражнения, подготавливающие непосредственно к основной работе фехтовальщика, составляют **специальную разминку**. С начинающими фехтовальщиками упражнения общей и специальной разминки проводятся преподавателем. Интенсивность и длительность разминки устанавливается соответственно подготовленности обучаемых. Подготовленные спортсмены, как правило, проводят разминку самостоятельно под наблюдением преподавателя, который должен помочь им в подборе наиболее подходящих упражнений, учитывая индивидуальные особенности в развитии физических качеств и нервной системы фехтовальщиков. Чем выше подготовленность фехтовальщика, тем интенсивнее и короче должна быть разминка, так как тренированные быстрее достигают состояния нужной вработанности. Длительность общей и специальной разминки вместе колеблется в пределах 20—25 мин.

В разминке следует уделять особое внимание подготовке тех групп мышц, которые принимают главное участие в фехтовальных движениях. Движения в боевой стойке и выпадах, возвращения в боевую стойку, повторения выпадов и другие требуют большой силы и эластичности мышц ног, и в частности четырехглавых и двуглавых — бедра, больших ягодичных, приводящих мышц. Для развития этих мышц следует систематически применять разного рода приседания, подскоки и прыжки на одной и двух ногах, пружинные покачивания в положении выпада и т. п.

Большое значение, которое никогда не следует умалять, имеют упражнения специальной разминки, способствующие подготовке к выполнению фехтовальных приемов и действий и создающие физическую и психическую направленность к основной работе. Специальная разминка состоит из упражнений, выполняемых без оружия и с оружием. Она включает передвигания в фехтовальной стойке, движения оружием, упражнения ка мишенях, а в некоторых случаях и упражнения с партнером (перед соревнованиями).

Независимо от квалификации фехтовальщиков, упражнения общей и специальной разминки должны выполняться в каждом уроке и проводиться так, чтобы в результате разминки ощущалось хорошее состояние работоспособности и желание приступить к основной работе.

Вторая часть урока — основная. Эта часть урока в начале обучения (на первых двух-четырех занятиях) проводится в одной шеренге с целью ознакомления с основными положениями и приемами фехтования. Здесь же используются упражнения на подсобных снарядах (чучелах и мишенях).

Вторая часть урока, решая задачи подготовки к спортивному бою, с самого начала предусматривает осмысленные действия, которые обуславливаются положениями и действиями противника (партнера).

Одновременные упражнения всех учеников в парах являются главной организационно-методической формой проведения основной части урока. Такие упражнения позволяют быстрее добиваться успехов в обучении. Они активизируют участие занимающихся в освоении приемов, открывают большие возможности к проявлению личной инициативы. Здесь же легче осуществляется индивидуализация средств и методов, увеличивается плотность урока и предоставляются лучшие условия для охвата значительного количества фехтовальщиков.

Рекомендуется менять партнеров при выполнении парных упражнений и ведении учебных и соревновательных боев. Это содействует развитию наблюдательности, способности к критической оценке своих действий и партнеров и, что особенно важно, ускоряет развитие **«тактического мышления»**.

Главной педагогической задачей второй части урока с молодыми фехтовальщиками является образование правильных и прочных основных спортивно-технических навыков и умений. Это достигается путем многократных повторений приемов и основных действий в элементарной тактической обстановке. По мере их закрепления все большее место начинают занимать упражнения, имеющие тактическую направленность, увеличивается количество упражнений соревновательного характера («контры», учебные бои, учебные соревнования и пр.).

Преподаватель должен настойчиво бороться за овладение занимающимися совершенной техникой, своевременно предупреждать появление ошибок, а в случае их возникновения находить причину и добиваться устранения. Несмотря на групповую форму организации занятий, при проведении основной части всегда нужен индивидуальный подход, учитывающий особенности каждого фехтовальщика. В соответствии с этим дозируются упражнения, увеличиваются или уменьшаются требования, предоставляется большая или меньшая самостоятельность при выполнении упражнений отдельными учениками.

При проведении занятий необходимо руководствоваться принципом постепенного повышения нагрузки как в целой цепи занятий, так и в каждом отдельном уроке. Начиная со спокойных упражнений технического характера, интенсивность постепенно возрастает, включаются задания на выполнение приемов с соревновательным темпом, увеличивается количество боев, поднимается уровень эмоционального напряжения, который в конце основной части в ряде случаев достигает высшей точки.

Соревновательные упражнения связаны со значительным возбуждением нервной системы и часто не позволяют фехтовальщику правильно определить степень своего утомления. Большая эмоциональность боев создает такое возбуждение, которое часто ложно принимается за хорошее состояние, несмотря на необходимость отдыха. Результаты этого обычно сказываются только после длительного времени (через несколько часов или на другой день), когда фехтовальщик начинает «без видимых причин» ощущать вялость и апатию.

Особенностью фехтования является то, что занимающиеся сравнительно быстро восстанавливают энергетические затраты, в то время как расходы нервной энергии восполняются значительно медленнее. Возникает необходимость дозировки и строгого контроля над упражнениями соревновательного характера. Высокая степень возбужденности, появляющаяся во второй половине основной части урока, должна снизиться путем постепенного уменьшения нагрузки и снижения нервного напряжения. Для этого рекомендуется переходить снова к упражнениям в выполнении точных и небыстрых движений (повторение основных приемов, бои в замедленном темпе и пр.). Задача постепенного снижения нервного возбуждения и приведения организма в относительно опокоее состояние решается главным образом в третьей, заключительной, части урока, но снижение нагрузки начинается еще в конце основной части.

Третья часть урока — заключительная. Для того чтобы снизить возбужденность, в третьей части весьма полезно выполнять упражнения, которые по своему характеру отличаются от фехтования: упражнения в ходьбе и беге, со скакалкой, упражнения, связанные со спокойными ритмическими движениями. Рекомендуются также: упражнения для развития силы — с набивными мячами, на гимнастических снарядах; игры, не связанные с большими напряжениями. Особое внимание следует уделять упражнениям, развивающим гибкость, способность к раскрепощению мышц. Не рекомендуются упражнения, которые связаны с большими статическими напряжениями.

Перегруженность мышц ног и вооруженной руки по сравнению с другими мышцами в фехтовании обуславливает особое внимание преподавателя к периодическому отдыху во время урока. Преподаватель должен внимательно следить за проявлениями утомления у занимающихся и не доводить их до усталости (особенно при занятиях с детьми). С этой целью упражнения должны перемежаться с отдыхом. После длительных упражнений рекомендуется занимающихся сажать на скамейку, где они и выслушивают замечания, указания и пояснения преподавателя. После интенсивных упражнений можно отдыхать в легких прогуливаниях с последующим сидением. При ознакомлении с новым материалом или при длительных пояснениях и демонстрациях группу также следует сажать. Хорошие условия отдыха при сидении позволяют в конечном счете увеличить и уплотнить рабочее время урока. Борьба с переутомлением отдельных групп мышц осуществляется и в чередовании упражнений разного характера, и в частности действий нападения с действиями обороны.

В процессе (проведения) уроков по фехтованию занимающиеся должны также получать основные сведения по общим и частным вопросам анатомии, физиологии, гигиены, истории и теории фехтования, методики обучения и тренировки и другие. Эти сведения сообщаются в кратких беседах и пояснениях, а также в специальных беседах, организуемых вне сетки занятий. Ниже приводится урок учебно-тренировочного типа, как наиболее распространенный (основной) в занятиях фехтованием.

Примерный учебно-тренировочный урок по фехтованию на рапирах

Состав занимающихся — молодые мужчины, имеющие второй и третий спортивные разряды. Период — основной. Длительность урока — 120 мин. **Вводная часть** — 25 мин.

Общая разминка:

1. Построение, рапорт, строевые упражнения на месте — 1—2 мин.
2. Ходьба обыкновенная, на носках, на пятках, на наружной и внутренней частях стопы, скрестно, с высоким подниманием коленей, сопровождающаяся разными положениями рук и корпуса (руки за голову, на пояс, перед грудью, с поворотами корпуса), постепенно увеличивая амплитуду и интенсивность движений, — 3 мин.
3. Бег в медленном и среднем темпе с изменением положения тела и с добавочными движениями («семенящий», с высоким подниманием бедра, с доставанием пятками задней поверхности бедра, выбрасывая прямые ноги вперед, правым, левым боком и спиной вперед) — 2—3 мин.
4. Ходьба полувыпадами, а затем и выпадами с одновременными взмахами рук попеременно /вверх-назад, с акцентированием «заднего» толчка ногой — 20—30 сек.
5. Ходьба полувыпадами и выпадами с поворотами корпуса влево и вправо при положении рук перед грудью, акцентируя движения рывками отводимого локтя — 20—30 сек.
6. Стоя в кругу: приседания — на носках (руки на пояс), на всей ступне с выведением рук вперед, пружинистые приседания при параллельном положении ступней и при сильно развернутых носках — по 10—12 раз.
7. Из положения ноги на ширине плеч кружение и перемещения таза в разных направлениях (руки лежат пальцами на газобедренных суставах) — 30 сек.
8. Из положения руки в стороны, ноги врозь (пошире) — наклоны с попеременным дотаванием пальцами носка противоположной ноги, сначала не сгибая коленей, затем сгибая противоположную наклонную ногу и с пружинным приседанием на этой ноге — 8—10 раз в каждую сторону.
9. Из положения боксерской стойки (ступни параллельно): поочередные удары (по 4 раза) прямо, сбоку, снизу с резкими поворотами корпуса вокруг вертикальной оси — повторить 4 раза.
10. Из положения ноги на ширине плеч, руки свободно: попеременные взмахи ногами вперед, назад, в стороны, сопровождая соответственными свободными движениями рук — по 6—8 раз каждое упражнение.

11. Из положения выпада — пружинистые покачивания с переменной положения ног поворотами и прыжками (постепенно удлиняя выпад) — по 4—6 раз на каждую ногу.

12. Из положения высокого старта — имитационные движения бега руками (ногами), из медленных движений к максимальным ускорениям, выполняемым по сигналу или самостоятельно (по 2—5 сек.), — 1 мин.

Специальная разминка:

1. Передвижения в боевой фехтовальной стойке: шаги вперед и назад в левой и правой стойке, полувывады, выпады, атаки броском из разных положений и передвижений без оружия — 3—4 мин.

2. Те же передвижения с оружием, сопровождая изменением позиций и положений оружия. Упражнения в переключении темпа от медленного легкого движения к быстрому (шаг вперед медленный и короткий — шаг вперед большой и быстрый; маленький выпад — полувывад — полный выпад и после возвращения в боевую стойку маленький быстрый шаг назад и скачок назад; легкий медленный шаг вперед — максимально длинный и быстрый выпад; переходы от шага вперед, назад, к максимально быстрой атаке броском — «флеш» и тому подобные движения) — 3—5 мин.

3. Упражнения во вращении оружия усилием только одних пальцев, а также с полной амплитудой движения защиты прямые или круговые (гимнастика с оружием для овладения лучшим управлением оружием). Те же движения оружием, сопровождая передвижениями и выпадами, — 2—3 мин.

4. «Бой с тенью» из безостановочных лепких пружинящих передвижений: сначала 30 сек., потом 1 мин., потом 2 мин. В процессе «боя с тенью» выполняются всевозможные фехтовальные движения и действия с воображаемым противником. Между такими «боями» делаются перерывы на 1—2 мин., во время которых сообщаются замечания и задания, дается оценка выполнения и пр., — 5—6 мин.

5. Ходьба с расслаблением мышц плеч и ног — 30—40 сек.

Основная часть — 75 мин.

1. Упражнения с партнером в двухшереножном построении: повторение и совершенствование простых защит: четвертая, шестая, седьмая, восьмая на месте, с шагом назад, с шагом вперед, сначала по заданию, а затем по усмотрению выполняющих защиты (в зависимости от подачи оружия партнером), с ответами прямо и в другие линии — 20 мин.

2. Совершенствование простых атак прямо и переводом в шестую или четвертую линии на попытку партнера захватить оружие, или на его соединения, или на открывание линии укола — 5—6 мин.

Примечание: каждое из этих движений после хорошего выполнения развивается в схватку с прямыми движениями и с переменной линией.

3. Выполнение круговых защит (шестой и четвертой) на действие партнера: батман — прямой укол. Затем: на переводное движение партнера — прямая защита и прямой ответ; на батман прямо-круговая защита и ответ или прямо, или с переводом — 5—6 мин.

4. Тренировка атак с удвоенным переводом (дубле) на по- j пытку переменить соединение и последующую круговую четвертую или шестую защиты. Дальнейшее развитие: защищающийся берет после круговой защиты еще и прямую и дает прямой ответ; атакующий может или пропустить этот ответ, или, взяв защиту, дать контротчет — 8—10 мин.

5. Тренировка контратакующих действий прямым движением или с переводом на попытку партнера атаковать с обманом или захватить оружие (с последующим защитным и ответным движениями) — 4—6 мин.

6. Соревновательные «контры»: один из партнеров защищается, другой старается поразить его с дальней дистанции, или простой атакой, или с удвоенным переводом (дубле). Защищающийся берет только круговые защиты. Каждый из партнеров считает, сколько раз он сделает укол из десяти атак, по 3 серии каждый, — 5—7 мин.

7. Учебные вольные бои в медленном темпе с задачей на многократные действия оружием и на непрерывность действий до нанесения одним из фехтовальщиков полноценного укола. Через 6—7 мин. смена партнеров. Провести два таких боя — 14—16 мин.

8. Соревновательные бои в течение 3 мин. — выигрывает тот, кто за это время нанесет больше уколов. Такие бои проводятся трижды с разными партнерами — 11—12 мин.

9. В парах: поочередные простые атаки в замедленном темпе с хорошей точностью — 10 раз.

Заключительная часть — 20 мин. (в спортивных костюмах без оружия).

1. Медленный бег с попутными движениями на расслабление рук и ног — 2—3 мин.

2. Стоя в кругу: упражнения в чередовании напряжения и полного расслабления (сильно вытянуть руки вверх, затея с наклоном вперед полностью расслабить плечи и руки); в положении ноги врозь на ширине плеч корпус слегка наклонен вперед — попеременное расслабление правой и левой рук; попеременное расслабление правой и левой ног — 1—2 мин.

3. Упражнения в растягивании мышц задней поверхности бедер. Из положения ноги широко врозь, не сгибая коленей, достать попеременно одним и другим предплечьем до пола, пружинно покачиваясь в наклоне, — 30—40 сек.

4. Сидя на гимнастической скамье, отклонения с прогибом назад и возвращение в исходное положение. Руки последовательно на поясе, за голову, вверх; ноги закреплены зацепом за скамью, стоящую впереди, или удерживаются товарищем — до утомления.

5. Лежа на полу или на гимнастической скамье, поднимание ног до касания носками за головой (ног не огибать) и возвращение в положение лежа — по 15—25 раз.

6. Сгибание и выпрямление рук в положении упора лежа за руками: с опорой на пол — 10—20 раз, в том же

положении, но держа ноги на скамье или стуле, — 10—12 раз.

7. Упражнения со скакалкой; подскоки попеременно на одной и на двух ногах — 3—5 мин.

8. Медленный «семенящий» бег с переходом на спокойную ходьбу — 1—2 мин.

9. Построение в шеренгу, замечания по проведенному занятию, назначение индивидуальных заданий и рекомендаций, объявления.

В зависимости от тренированности фехтовальщиков учебно-тренировочные уроки могут иметь изменения в распределении средств и использовании методических приемов проведения упражнений, а также иметь разную интенсивность и продолжительность всего урока и отдельных частей.

Формы проведения упражнений в уроке. Упражнения в уроке фехтования можно проводить в следующих основных формах: 1) без противника; 2) на подсобных снарядах; 3) с партнером; 4) в индивидуальных уроках преподавателя и 5) в учебных боях и учебных соревнованиях.

Упражнения без противника проводятся с целью установления и совершенствования основных положений и движений. Здесь устанавливаются правильные координационные взаимоотношения между отдельными частями тела, принимающими участие в выполнении движений. Фехтовальщики имеют возможность в наиболее спокойных условиях заниматься разучиванием, закреплением и совершенствованием элементарной техники.

Упражнения без противника представляют специфическую «гимнастику фехтовальщика», которая на первых занятиях служит созданию правильных представлений о движениях и образованию основных двигательных навыков. Затем эти упражнения в каждом уроке входят составной частью в **специальную разминку фехтовальщика**. Упражнения без противника весьма полезны для совершенствования боевой стойки, передвижений, выпадов, владения оружием и других движений, составляющих основу фехтования. Эти упражнения необходимы для установления и совершенствования техники работы ног фехтовальщиков. Используя упражнения без противника, можно значительно увеличить специфическую фехтовальную «оординированность», согласованность работы рук «и ног с движениями оружием. Эти упражнения должны всегда занимать определенное место в обучении и тренировке (см. рис. 227).

Упражнения без «противника в начале обучения проводятся в шеренговом строю под команду преподавателя, а затем фехтовальщики выполняют их самостоятельно по заданию. При самостоятельном выполнении следует использовать упражнения перед стенным зеркалом, выполнение под контролем и по команде товарища и пр.

Упражнения на подсобных снарядах применяются, как и упражнения без противника, для развития и совершенствования специфической координации движений. По сравнению с упражнениями без противника при выполнении упражнений на подсобных снарядах появляются два новых момента: действие зрительного анализатора, который помогает правильно определить расстояние до цели, и более совершенное мышечное ощущение, связанное с соприкосновением оружия с целью.

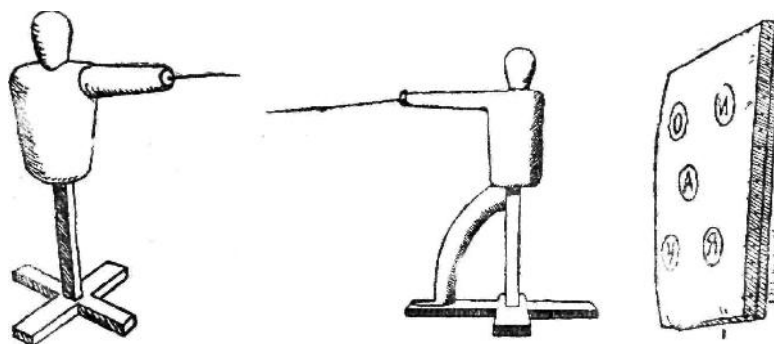


Рис. 228. Подсобные снаряды

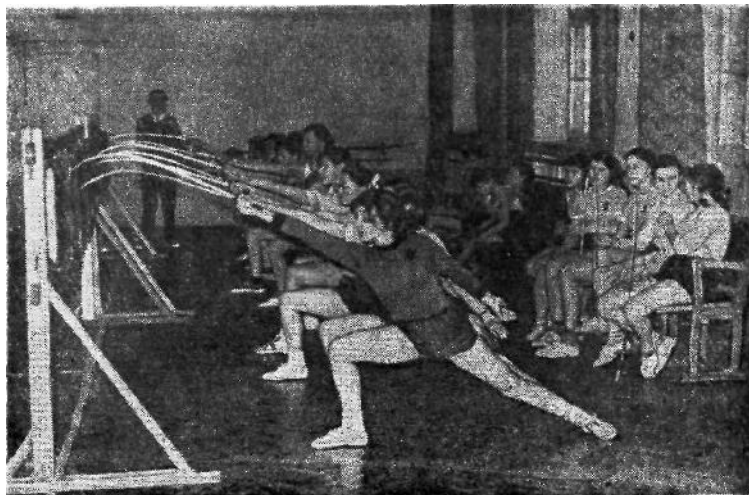


Рис. 229. Упражнения на подсобных снарядах

Упражнения на подсобных снарядах (рис. 228) делают движения более целенаправленными и воспитывают дисциплинированность. Их следует проводить в каждом тренировочном занятии вслед за упражнениями специальной разминки. Они могут выполняться и в других частях урока, особенно в занятиях фехтовальщиков старших разрядов, используя перерывы между другими упражнениями или выделяя специальное время. Ряд тренеров рекомендует использовать упражнения на подсобных снарядах в заключение каждой тренировки (рис. 229).

Упражнения с партнером представляют основной вид упражнений в групповых занятиях и по своему значению должны быть поставлены на одно из первых мест в учебно-тренировочном процессе. Они применяются для изучения, закрепления и совершенствования фехтовальной техники и тактики и для развития быстроты реагирования. Здесь начинается формирование и развитие специальных качеств, необходимых в бою. Если в упражнениях без противника и на мишенях речь шла о специфической фехтовальной «гимнастике», то в упражнениях с партнером все эти «механические» навыки обретают свой боевой смысл. Здесь развивается способность к действиям в зависимости от положений и поведения противника, развивается «тактическое мышление».

Упражнения с партнером, в зависимости от учебной задачи, которую они разрешают, могут быть нескольких видов, а именно: 1) техническое парное упражнение; 2) взаимоурок, 3) контры, 4) учебные бои.

Техническое парное упражнение применяется преимущественно при изучении новых приемов. Заключается оно в том, что оба упражняющихся по очереди несут обслуживающую роль, создавая партнеру определенные условия для учебных выполнений какого-либо изучаемого приема, завершающихся, как правило, нанесением укола-удара обслуживаемому партнеру. Оба занимающихся действуют только согласно заданию или по команде преподавателя, помогая друг другу в выполнении заданных действий. Обслуживающий партнер следит за правильностью движений товарища, а если нужно, и поправляет его.

В начале обучения эти упражнения проводятся одновременно всей группой в двухшеренговом построении по единому заданию и под непосредственным наблюдением преподавателя. Затем все большее место занимают самостоятельные упражнения по заданиям преподавателя, которые могут индивидуализироваться в зависимости от подготовленности фехтовальщиков и их восприимчивости.

Очень полезны **взаимные уроки**, в которых один из партнеров, по заданию преподавателя, берет на себя роль обучающего, а другой ученика. Обучающий, получая специальное задание на проведение определенных приемов и действий, несет ответственность за качество освоения и в связи с этим старается как можно более тщательно проникнуть в существо и детали действий. Через определенные промежутки времени партнеры меняются ролями. По мере освоения приемов их выполнение начинается проходить в более быстром темпе, приближающемся к боевому. Затем эти упражнения могут принимать соревновательный характер, и тогда они именуются **контрами**. В контрах один из партнеров (по предварительному условию) является атакующим, а другой защищающимся. Атакующий, самостоятельно выбирая время начала, старается провести обусловленные или необусловленные атаки, обороняющийся — отразить их. По прошествии определенного времени или после выполнения заданного количества атак партнеры меняются ролями.

Следующая ступень упражнений в парах — **учебные бои**, в которых ранее пройденные приемы опробуются и закрепляются при свободной инициативе каждого из партнеров.

Во время проведения упражнений преподаватель, переходя от пары к паре, делает указания и поправки. Обнаружив общую для большинства занимающихся ошибку или недостаточное понимание задания, преподаватель прерывает упражнения и делает указания одновременно всей группе, а если нужно, проводит упражнения и под общую для всех команду. При проведении упражнения во взаимных индивидуальных уроках партнеру, выполняющему роль преподавателя, разрешается стоять в свободной позе, но обязательно с точным положением вооруженной руки и с подчеркнутыми правильными и ясными движениями оружием. Для взаимных уроков следует ставить конкретную и сначала простую задачу, а затем, по мере совершенствования, усложняемую разными условиями (см. примеры индивидуальных уроков).

Упражнения с партнером соответствуют упражнениям, которые проводятся в индивидуальных уроках преподавателя и подчиняются тем же требованиям, т. е. предусматривают повторение пройденных приемов и действий (для закрепления и совершенствования техники переходят к выполнению этих приемов в изменяющихся условиях, приводя постепенно к боевому темпу и боевым условиям).

В ряде случаев бывает полезным проводить упражнения в **тройках**, где один из фехтовальщиков выполняет функции наблюдающего за работой двух других, выполняющих поставленное задание. Упражнения в тройках способствуют развитию наблюдательности и инструкторских навыков. Здесь, при активном участии всех фехтовальщиков, не вызывается большого утомления.

Для парных упражнений подбирают партнеров по силам, обеспечивая этим равное участие фехтовальщиков в обучении и тренировке. Для развития способности к правильной оценке разных противников и умения принаравливать к разным манерам боя рекомендуется (два-четыре раза) менять партнеров во время выполнения упражнений. При проведении контров рекомендуется ставить одного — обороняющегося — на черту или спиной к стене, чтобы он вынужден был заботиться только о защите оружием, не имея возможностей отхода. Соревновательные контры сначала выполняются на заданные действия, а затем и на все виды, обусловленные заранее. Пример: атакующий имеет право делать атаку с переводом или с двойным переводом, защищающийся соответственно защищается прямой или двумя прямыми защитами.

Эти упражнения являются прекрасным средством, позволяющим перейти от урочных упражнений к боевым действиям, и должны быть рекомендованы для фехтовальщиков всех разрядов.

Фехтовальщики, достаточно упражнявшиеся с партнером, уже в первых боях показывают правильное

понимание приемов и действий и умение пользоваться ими в бою.

Организация и проведение упражнений с партнером требуют от преподавателя повышенного внимания и хорошо продуманной организации. Предоставляя фехтовальщикам некоторую самостоятельность действий, преподаватель должен умело руководить их ходом.

Упражнения с партнером следует больше разнообразить и проводить, используя различные методические приемы и средства, как-то:

- 1) самостоятельное выполнение упражнений по заданию преподавателя;
- 2) одновременное выполнение упражнений по команде преподавателя;
- 3) поточное выполнение (один за другим) по команде или на условный жест или сигнал преподавателя;
- 4) серийное выполнение упражнений по команде или сигналу (каждая шеренга выполняет упражнение по нескольку раз подряд);
- 5) соревнование на лучшее выполнение заданий попарно;
- 6) выполнение заданий под контролем товарища (в тройках);
- 7) выполнение упражнений с помощью партнера, содействующего специальным облегчением условий;
- 8) выполнение упражнений в «контрах и учебных боях»;
- 9) упражнения в соревновательных боях и т. п.

Упражнения в индивидуальных уроках преподавателя применяются для специальной тренировки фехтовальщика.

Индивидуальные уроки являются одним из важнейших методов обучения и тренировки. В индивидуальных уроках преподаватель, заранее назначая или вызывая во время группового урока занимающихся к себе, проводит упражнения поочередно с каждым фехтовальщиком и выступает в роли противника, создающего определенные условия для выполнения приемов или действий. Эти уроки позволяют сосредоточивать внимание на действиях одного фехтовальщика и, учитывая его особенности, тонко и глубоко работать над его спортивным совершенствованием и готовить его к ведению спортивного боя с разными противниками (рис. 230).

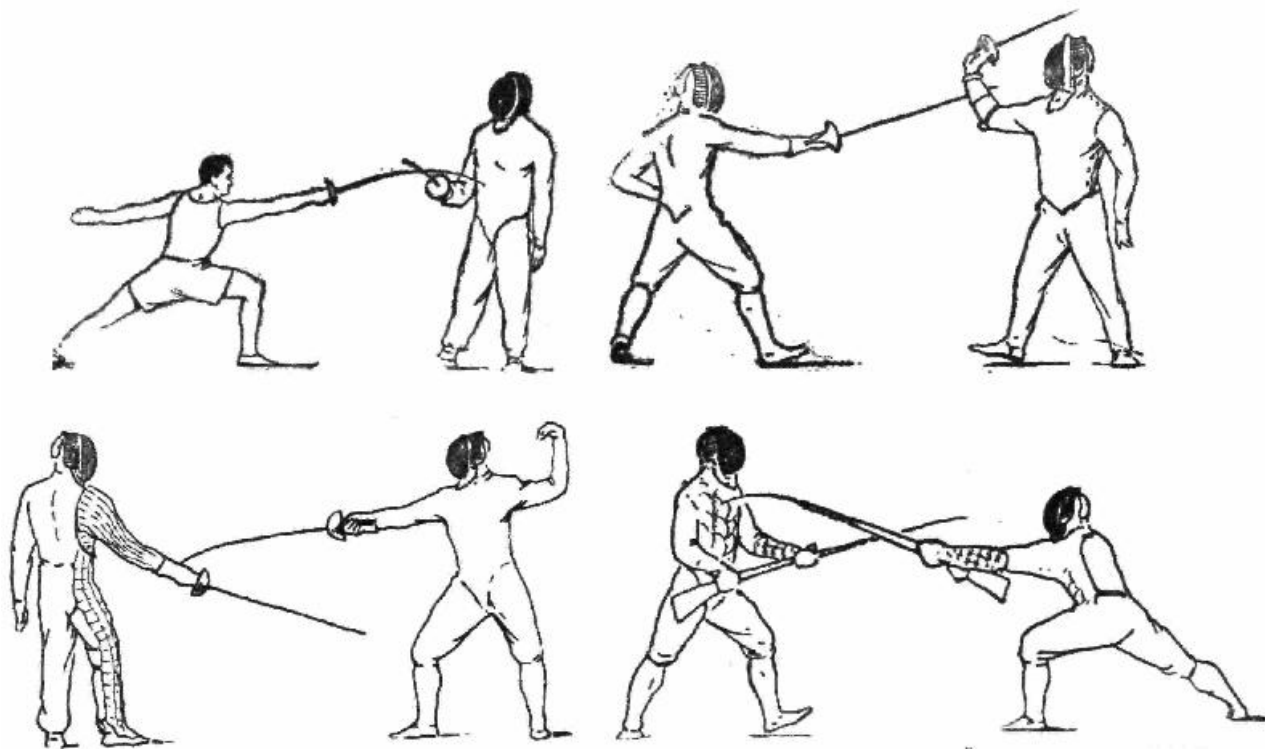


Рис. 230. Индивидуальный урок преподавателя:
на рапирах; на саблях; на шпагах; на штыках

Для проведения индивидуальных уроков фехтования преподаватель надевает соответствующий виду оружия специальный костюм.

В индивидуальных уроках сигналом к выполнению заранее обусловленных приемов служит движение оружием или телом преподавателя. Объясненный преподавателем прием осмысливается фехтовальщиком во время небольшой паузы (между пояснением и движением преподавателя). Длительность этой паузы зависит от подготовленности фехтовальщика.

В индивидуальном уроке имеется определенная методическая последовательность проведения обучения, которая выглядит примерно так:

- 1) проверяются основные положения и передвижения;
- 2) повторяются основные приемы нападения и защиты, сначала на близкой, а затем на средней, и дальней дистанциях;
- 3) ранее изученные приемы тренируются в постепенно усложняющейся обстановке и в сочетании с другими

действиями, в различных тактических вариантах (включение неожиданных для ученика атак, контратак, ложных и повторных атак преподавателя, завязывающего боевые схватки);

4) изучаются новые приемы или действия или новые варианты уже известных приемов, постепенно усложняя условия;

5) изучаемый прием или новый вариант действий тренируется в сочетании с другими с переходом в различные многотемповые схватки;

6) снова повторяются основные приемы нападения и защиты с большим требованием к точности выполнения и с постепенным снижением скорости и нагрузки.

В течение всего урока должна соблюдаться постоянная требовательность к правильности выполнения и пониманию смысла каждого действия для воспитания правильных мысленных представлений и развития правильного мышечного ощущения, характерных для данного приема.

Длительность и интенсивность индивидуального урока зависят от подготовленности фехтовальщика и конкретных задач периода тренировки или обучения.

Для фехтовальщиков-разрядников индивидуальный урок имеет основное значение, как наиболее эффективный метод подготовки бойца.

Индивидуальные уроки могут иметь техническую, тактическую и соревновательную направленность. Уроки **технической направленности** имеют основной задачей установление и совершенствование техники приемов и действий. Здесь же проводится работа над исправлением ошибок, возникающих в процессе учебных боев и соревнований.

Индивидуальные уроки **тактической направленности** имеют основной задачей развитие и совершенствование специфических для фехтования приемов и навыков «обыгрывания» противника, воспитание весьма важного «тактического мышления» и умения тактического подавления противника. Здесь устанавливается и развивается понимание основных законов, а затем и тонкостей фехтовального единоборства, развиваются и совершенствуются способности правильного реагирования на разные боевые ситуации.

Этим целям хорошо служат так называемые **немые-уроки**, которые направлены на установление понимания взаимной зависимости действий противников в бою и умения предугадывать эти действия. В немых уроках преподаватель, находясь в роли противника, ставит предварительные условия, при которых фехтовальщик на указанные действия должен реагировать установленным способом. Затем преподаватель, действуя в неопределенной последовательности указанными приемами, создает условия для применения учеником того или иного приема. Фехтовальщик должен научиться правильно реагировать сначала на простые, а затем и на все более сложные действия.

Пример: фехтовальщиком изучены уколы прямо и с переводом и защиты от этих уколов; преподаватель, имея в виду тренировку атак указанными способами со средней дистанции, сначала открывает грудь, опуская оружие и вызывая прямой укол с выпадом; затем из соединения, нажимая на оружие ученика, вызывает его на выполнение укола переводом в соответствующую линию; если преподаватель посылает свое оружие на укол, ученик должен защититься и ответить в открытую линию. Сначала преподаватель медленно проверяет способность к правильному реагированию на указанные вызовы. После этого он, произвольно изменяя порядок приемов, делает указанные вызовы, сопровождая действия различными передвижениями (вперед и назад). Иногда он внезапно атакует ученика сразу же после его возвращения в боевую стойку. Постепенно условия усложняются, темп движений убыстряется, добавляются простые схватки (после атаки ученика, взяв защиту и дав ответ, на его контрответ снова сделать защиту и ответить в другую линию и пр.).

Затем можно добавить повторение атаки на отступление преподавателя и т. п.

В зависимости от подготовленности фехтовальщика задания для немого урока могут быть простыми и более сложными и разнообразными, вплоть до не обусловленных заранее действий преподавателя. В немых уроках развиваются способность к оценке действий противника, наблюдательность и быстрота реакции, приобретаются навыки в выборе и применении приемов и действий, варьировании движений, увеличивается подвижность процессов нервной системы. При выполнении упражнений в индивидуальных уроках рекомендуется изредка «неожиданно» заканчивать каждое действие ученика построением схватки, а весь урок — маленьким немым уроком, включая в него ранее изученные приемы и действия.

Немые уроки, являясь частью индивидуального урока, требуют значительного напряжения внимания со стороны учеников, и поэтому на первых порах они должны быть короткими с тем, чтобы не переутомить внимание занимающихся. По мере роста подготовленности они удлиняются и усложняются, переходя в уроки боевого характера.

Уроки боевого характера, или, как их часто называют, уроки вольного боя, направлены на развитие умения применять весь арсенал изученных приемов в соревновании с активно действующим противником. В таких уроках преподаватель ведет себя как инициативный, но несколько наивный вначале противник, с которым и вступает в соревнование ученик. Преподаватель умышленно допускает разные технические и тактические ошибки с тем, чтобы они были обязательно замечены и использованы учеником для нанесения укола или удара. Если ученик допускает ошибки, преподаватель использует их для того, чтобы самому сделать укол (удар), подчеркивая этим недопустимость подобных действий.

Естественно, что в вольном бою преподаватель должен рассчитывать на подготовленность ученика и выбирать такие действия и такой темп «боя», который по силам ученику. Индивидуальные уроки преподавателя должны давать материал для дальнейшей самостоятельной работы фехтовальщика с партнером, постепенно приучая его к активным и сознательным действиям, которые столь необходимы в спортивном единоборстве

Упражнения в боях и учебных соревнованиях применяются для совершенствования в тактике и технике

фехтования, для развития умения применять знания и навыки в бою с разными противниками. Эти упражнения играют решающую роль в деле воспитания фехтовальщика как бойца.

Учебные бои отличаются от соревновательных задачами к конечной цели. Цель учебного боя состоит в приобретении и совершенствовании умения вести бой, а также опробования тех или иных новых приемов и умений. Результат (счет) боя не имеет решающего значения и не должен приниматься во внимание при ведении учебного боя. Фехтовальщик может совсем не стремиться к выигрышу, а, напротив, умышленно позволять поразить себя уколом или ударом, чтобы лучше просмотреть способы борьбы с противником, правильно определить контрприемы, проверить возможности выполнения приемов или действий, решить поставленную тактическую или техническую задачу и т. д.

Учебные бои, как и индивидуальные уроки, могут быть направлены на решение задач преимущественно технического, тактического или соревновательного (боевого) характера.

Учебные бои, содержащие задачи **технического** совершенствования, имеют главной целью закрепить технику одного или нескольких приемов, взятых в данном бою за основу. Фехтовальщик старается создать в бою такие условия, которые позволяют осуществить эти приемы на фоне других, ранее изученных. Фехтовальщики могут заранее договариваться о тех приемах, которые один и другой будут стараться использовать как можно чаще. Для этого они могут иногда помогать друг другу специальными действиями, создающими условия для применения намеченных к тренировке приемов.

Учебные бои тактического направления имеют задачей совершенствование фехтовальщиков в тактике, в умении находить и создавать наилучшие условия для применения разных технических приемов. В этих боях могут ставиться задачи на тренировку в вызовах, захватах поля боя, разведывании, подавлении инициативы противника, создании и использовании отдельных моментов для внезапного нападения на противника и т. д.

Учебные бои **боевого, или соревновательного характера** имеют задачей тренировку в успешном ведении боя в целом. В этих боях фехтовальщик стремится к преобладанию над противником, но может при этом заниматься и опробованием разных приемов и действий для того, чтобы в результате выбрать наиболее действенные и удобные. Здесь же накапливается опыт ведения боев с разными противниками, развивается специфическая выносливость, воспитывается тактическое мышление, приобретаются нужные психические качества и умения (сообразительность, способность предвидеть действия противника, выдержка, инициативность и др.). Чтобы установить действенность приемов в условиях, приближенных к соревновательным, учебные бои оканчиваются, как правило, «вольным» боем на условное количество уколов (ударов), в которых каждый фехтовальщик уже старается выиграть бой. Для того чтобы тренировка давала навыки ведения боя с разными противниками, следует менять партнеров через определенные промежутки времени. Обычно учебные бои включают в себя все три вида задач (техническую, тактическую, соревновательную, или боевую, тренировку).

Упражнения в учебных соревнованиях имеют задачей приобретение навыков и опыта боев в условиях соревнований, развитие и совершенствование специфической «фехтовальной» выносливости и способности к перенесению нервных напряжений, развитие и совершенствование моральных и волевых качеств фехтовальщика.

Учебные соревнования проводятся по плану через установленные периоды учебно-тренировочных занятий и могут быть внутригрупповыми или с приглашением фехтовальщиков других коллективов. Они проводятся по условиям и правилам официальных соревнований и могут занимать часть времени в конце урока или же весь урок. Большой интерес вызывает у фехтовальщиков проведение командных соревнований между своими же, отобранными по какому-то признаку, командами или с командами других коллективов.

Периодически следует проводить соревнования на первенство группы. В отличие от официальных соревнований не оконченные в один день соревнования могут переноситься на следующий день. Все фехтовальщики должны активно участвовать в организации и проведении соревнований, а также принимать участие в судействе, что весьма полезно для развития наблюдательности и способности к оценке действий, развития внимания, самостоятельности, дисциплинированности и чувства ответственности за свои действия. После окончания боев или в начале следующего занятия следует делать разбор боев каждого участника соревнований. Эти соревнования следует включать в учебно-тренировочный процесс уже с раннего времени, в формах, соответствующих подготовленности занимающихся.

Последовательность обучения фехтовальным приемам и действиям

Развитие фехтовальщиков должно идти постепенно, через прочное освоение основной фехтовальной техники и тактики. Это дает возможность свободно держаться в соревнованиях с равными по силам противниками и сохранять уверенность в своих силах. Опыт подготовки фехтовальщиков показывает, что для выполнения первичных требований классификации необходимо прочное овладение сравнительно небольшим объемом приемов и действий.

Молодой фехтовальщик должен уметь: держать оружие, на-годиться в условиях боя в фехтовальной стойке и сохранять ее, маневрировать при помощи простых шагов, выполнять все простые атаки с выпадом и броском, владеть простыми защитами и простыми ответами, контратаковать, атаковать повторно, совершать атаки с действительными и ложными батманами, с одним обманом, а также действовать в условиях завязавшейся элементарной схватки.

После освоения основ техники и тактики фехтования на одном виде оружия занимающихся знакомят с другими видами и предлагают выбрать какой-либо из них согласно своим склонностям, интересам и способностям. Избранный вид фехтования становится предметом глубокого изучения и совершенствования на долгое время. Ранняя специализация весьма важна для успеха в фехтовании. Вопрос специализации связан с

выбором вида фехтования для начального обучения.

Практика свидетельствует о том, что, если фехтованием начинают заниматься в зрелом возрасте и индивидуальные интересы и склонности уже установились, можно начинать сразу специализацию по желанию и склонностям приступающих к занятиям. В этом случае можно комплектовать группы прямо по видам оружия.

В детских и юношеских спортивных школах целесообразно начинать обучение с фехтования на рапирах, как наиболее свободного от непосредственной прикладности. Опыт показывает, что после овладения навыками и умениями рапирного фехтования сравнительно легко осуществляется переход на специализацию по другим видам, а фехтование на шпагах требует обязательной предварительной рапирной подготовки.

Для определения дальнейшей специализации следует в конце года занятий рапирой практически ознакомить занимающихся с фехтованием на других видах оружия и через некоторый промежуток времени провести соревнования по новым видам фехтования. Эти соревнования, личные наблюдения и соображения преподавателя помогут точнее выявить склонности и способности занимающихся.

Обучение основным положениям и передвижениям (держание оружия, боевая стойка, передвижения)

Независимо от вида оружия в обучении фехтованию рекомендуется определенная последовательность. Одна из наибольших трудностей в овладении фехтованием — это необходимости управлять сравнительно длинным предметом, которым является оружие. Именно поэтому на протяжении всей учебно-тренировочной работы следует совершенствовать руку в управлении оружием с тем, чтобы достигнуть предельной точности и меткости уколов (ударов) и правильности каждого движения оружием. Для этого существуют специальные упражнения, которые развивают соответствующие мышцы кисти и предплечья, придают им силу и эластичность. В таких упражнениях используются специальные подсобные снаряды (малые мячи, гимнастические палки, булавы) и главным образом само оружие, которым выполняются разные сложные движения — имитация ударов и уколов, переходы из одной линии в другую, имитация круговых и прямых движений, разные перемещения пальцев на рукоятке оружия и пр. Фехтовальщик с самого начала должен быть обучен правильному держанию оружия, которое все время следует проверять и совершенствовать.

После ознакомления с правильным держанием оружия осваивают боевую стойку и передвижения в ней. Весьма важно сделать положение боевой стойки привычным и развить способность к постоянному сохранению его в тренировке и боях. В дальнейшем необходимо также освоить некоторые варианты типовой боевой стойки, встречающиеся в разных моментах боя.

Далее следует обучать передвижениям, над совершенствованием которых требуется работать постоянно на протяжении всей спортивной деятельности фехтовальщика, независимо от его мастерства.

Опытные тренеры говорят, что время, потраченное на освоение и тренировку боевой стойки и передвижений в ней, всегда окупается в дальнейшем.

После освоения боевой стойки и передвижений приступают к обучению простым атакам и защитам от них.

Обучение простым атакам, защитам и ответам после них

Обучение атакам начинается с ознакомления с прямой атакой, направленной в ближайшую часть тела противника. Последовательно изучают атаки с ближней, средней и затем дальней дистанций.

В **фехтовании на рапирах** сначала изучают атаки уколом прямо, затем переводом, а уколы переносом относятся на ту стадию обучения, когда точность движений и способность к управлению оружием будут уже достаточно развиты.

В **фехтовании на саблях** обучение атакам начинается с прямого удара по голове, как наиболее простого и почти не требующего изменений основного исходного направления клинка. Затем последовательно изучаются атаки на правый бок, уколом прямо и переводом, удары по голове переносами, наконец удары по левому боку. Рекомендуется изучать атаку на левый бок (из-за ее значительной технической трудности) на более поздней стадии обучения, когда ощущение движения клинка при ударах станет отчетливее.

В **фехтовании на шпагах**, так же как и в рапирном фехтовании, начинают обучение с прямых атак на корпус и подключают к ним уколы в руку. Затем изучают атаки с переводами в разные точки поражаемого пространства, которое в фехтовании на шпагах не имеет ограничений. При изучении атак следует постоянно чередовать атаки на руку с атаками на тело, равномерно развивая соответствующие навыки.

В **фехтовании на штыках** так же, как и в рапирном фехтовании, сначала изучают атаки прямым уколом, затем с переводом и в последнюю очередь с переносами.

Все простые атаки следует до полного усвоения выполнять с выпадами, представляющими основной способ атакующего передвижения. Атаки броском (флеш-атаки) изучают после прочного освоения атак с выпадом, и их начинают выполнять несколько ранее в фехтовании на саблях и шпагах, позднее — в фехтовании на рапирах. В фехтовании на штыках атаки броском исключаются, но добавляются атаки с выпадом сзади стоящей ногой.

Ознакомив учеников с прямыми атаками, изучают основные позиции и соединения, а затем переходят к другим видам атак.

Сразу же вслед за первой простой атакой изучают и защиты от нее. Первоначально осваивают только защитные действия для развития правильного ощущения защитной позиции на определенную атаку и только после этого добавляют ответные уколы или удары. В дальнейшем обучении нужно постоянно следовать этой рекомендации — одновременно с атакой изучать и защиту от нее с последующим ответом (после освоения за-

щиты).

В фехтовании на рапирах и шпагах рекомендуется скорее переходить к изучению и совершенствованию круговых защит, которые, помимо их тактической (полезности, содействуют более быстрому овладению управлением оружием.

После того как фехтовальщики освоят основную технику простых атак, защит и ответов, следует изучать схватки, состоящие из этих изученных действий. Это развивает способность к продолжению боя после неудачи одного движения, увеличивает возможность освоения многотемновых действий и повышает уверенность в управлении оружием. Схватки должны завершать изучение каждого приема.

Простые атаки имеют простую структуру, но выполнение их в бою требует большого мастерства, отличного чувства времени и дистанции, совершенного управления оружием, умения создавать момент для атаки. Поэтому совершенствованию простых атак должно быть уделено самое большое и тщательное внимание в каждом занятии с фехтовальщиками всех разрядов.

Простые действия при умелом выполнении представляют весьма эффективное средство нападения и защиты, и мастерство фехтовальщика в решающей степени определяется его способностью успешно применять их.

Обучение сложным атакам, защитами и ответами после них

В фехтовании на рапирах и шпагах изучение сложных атак рекомендуется начинать с атак с предварительным ударом (батманом) по оружию противника и последующим уколом прямо. Эти атаки легче воспринимаются фехтовальщиками потому, что сходны с движениями четвертой и шестой защит с последующими ответами и, таким образом, состоят из уже знакомых и понятных элементов.

Сложные атаки в фехтовании на саблях и карабинах целесообразнее, как показала практика, начинать с изучения атак с обманами, которые здесь более применимы и осваиваются легче, чем атаки с действием на оружие. Изучение сложных атак сопровождается изучением соответствующих защитных действий. При этом нужно требовать, чтобы фехтовальщики внимательно следили за атакующими движениями противника и не проявляли излишней торопливости при выполнении защит, научились разгадывать конечные намерения.

Ответные действия после сложных защит не отличаются от ответов после простых защит и поэтому не нуждаются в специальных указаниях. Как и после каждого вида простых действий, изучение каждого сложного действия должно заканчиваться развитием его в схватку, состоящую из изученных ранее приемов.

После прочного овладения атакующими и защитными действиями можно переходить к изучению контратак, т. е. атак, опережающих атаки противника.

Обучение контратакам, защитами от них и действиями в контртемпе

Контратаки ни в коем случае не должны подменять защитных действий и должны изучаться только при условии прочного усвоения защит. Контратаки в фехтовании на рапирах, шпагах и штыках изучают сначала на сближение противника, затем на его обманные движения, потом на попытку переменить соединение или атаковать с действием на оружие. В фехтовании на саблях изучение контратак начинают с удара по руке на широкое движение (замах) при выполнении ударного или обманного движения, что наиболее характерно для сабельного боя. Затем изучают контратаки уколом на сближение, на перемену соединения, на обманное движение.

Завершив образование правильных навыков в выполнении контратак, переходят к привитию навыков защитных и ответных действий после контратакующего движения и к построениям схваток из контратак, защит и ответных действий. Действия в контртемпе, как наиболее сложные, изучаются последними. Последовательное обучение не представляет изолированного перехода от одного рода действий к другому. В каждом занятии имеет место закрепление и совершенствование известных приемов и действий, изучение новых вариантов или новых приемов, тренировка, сочетающая те и другие действия и приемы.

Обучение отдельному приему

Образование двигательного фехтовального навыка и этапы обучения. Процесс обучения отдельному приему фехтования условно можно разделить на четыре взаимосвязанных этапа, имеющих последовательно разрешаемые педагогические задачи: 1) понять прием; 2) разучить прием; 3) закрепить прием; 4) расширить возможности использования и применения приема в изменяющихся условиях фехтовального боя.

Соответственно этим этапам обучения происходит и образование двигательных навыков фехтования. Динамика формирования спортивно-технических навыков может быть охарактеризована тремя последовательными стадиями.

Первая стадия характеризуется овладением основной структурой движения.

Вторая стадия — автоматизацией навыка. Здесь приобретает способность к свободному выполнению приема в стандартных условиях (определенная позиция, типичные стандартные действия противника, обусловленные передвижения или действия партнера, тренера и пр.).

Третья стадия характеризуется приобретением способности к свободному и точному выполнению приемов или действий в нестандартных условиях изменения обстановки в учебно-тренировочных занятиях или в соревновательном бою. Здесь приобретает важнейшее качество, обуславливающее мастерство фехтовальщика, — гибкость навыков.

Овладение основной структурой движения достигается на первых двух этапах обучения приему, в которых

происходит создание правильного представления о приеме и его разучивание.

Эта стадия образования спортивного навыка в начале обучения характеризуется большой напряженностью, общей скованностью движений, наличием лишних и ненужных движений. В деятельное состояние вовлекается значительно большее количество мышц, чем это нужно для выполнения разучиваемого приема.

Именно поэтому у начинающих фехтовальщиков часто наблюдается излишняя напряженность мышц плечевого пояса, особенно дельтовидной мышцы вооруженной руки. Имеет место напряженность прогиба в пояснице и в положении головы, судорожное сжатие свободной руки, тяжелые передвижения и другие ошибки, связанные с большим сосредоточением всех физических и психических сил на выполнение незнакомого движения.

В следующей стадии образования навыка — стадии его автоматизации — происходит закрепление спортивного навыка (приема) путем многократных повторений. В процессе этих повторений движения делаются постепенно все более координированными, лишние — устраняются. Появляется свобода движений и способность к четкому реагированию на определенный раздражитель — обусловленное действие противника или тренера.

В коре больших полушарий головного мозга этой стадии соответствует процесс установления прочных условнорефлекторных связей, образуется стойкий динамический стереотип спортивно-технического двигательного навыка. Говоря о стереотипе навыка в фехтовании, следует учесть, что здесь имеется необходимость стереотипизации не полного действия, а отдельных элементов основной фехтовальной техники, составляющих это действие фехтовальщика. В обучении и тренировке в связи с этим имеет чрезвычайное значение тщательная работа над элементами техники и над развитием способности к соединению этих элементов в целостном двигательном акте — фехтовальном действии.

Умение соединять отдельные приемы в разные фехтовальные действия представляет решающий момент в последнем этапе обучения приему. Этот этап наиболее длителен и решает задачу совершенствования, что соответствует третьей стадии формирования двигательного навыка, в которой происходит развитие гибкости навыка.

В связи с тем, что в фехтовании почти нет одинаковых условий, и каждый бой и противник имеют специфические черты, особенно важно обладать способностью вариативного выполнения приема.

Тщательно отшлифованные основные навыки должны соединяться в самых разнообразных сочетаниях в сложные действия. И для того чтобы центральная нервная система могла осуществлять эти соединения (интеграцию), нужны систематические специальные упражнения и тренировка.

Специальные упражнения и тренировка выполнения приемов фехтования должны проходить в постоянно изменяющихся условиях, с разной скоростью, с переменной ритма в отдельных звеньях или во всем двигательном акте. Развитие способности к быстрому переключению от одних движений к другим, от одной скорости к другой обусловлено подвижностью (лабильностью) основных нервных процессов — возбуждения и торможения. В связи с этим возникает необходимость развивать подвижность протекания основных корковых процессов, т. е. способность к быстрой смене процессов возбуждения и торможения в двигательной зоне коры больших полушарий головного мозга.

Таковы в очень кратких чертах закономерности, обуславливающие механизм формирования двигательных навыков и лежащие в основе обучения приемам фехтования.

Серьезные трудности в образовании новых двигательных навыков возникают в учебно-тренировочной работе только с фехтовальщиками-новичками, которые еще не имеют достаточного фонда основных спортивно-технических приемов. После того как новичок овладеет основными приемами и действиями фехтования и будет иметь определенный запас (фонд) основных навыков, образование новых навыков проходит значительно легче и быстрее. Освоение новых приемов теперь будет происходить на частичном использовании ранее образовавшихся временных связей.

Важнейшее свойство нервной системы — пластичность — позволяет фехтовальщику проявлять способность к переделке старых навыков и к выработке новых, более совершенных по координации. Если для овладения новыми приемами в начале обучения необходимо большое количество опробований и многократных повторений в стандартных условиях, то спортсмены высших разрядов проявляют способность к образованию новых двигательных навыков после минимального количества опробований, а в отдельных случаях и совсем без предварительных опробований — только на основании мысленных представлений и имеющихся уже сходных навыков.

Подчеркиваем, что способность к образованию новых навыков, переделке и приспособлению старых может успешно проявляться только на базе прочного, совершенного усвоения, основных, «школьных» приемов, составляющих фундамент для дальнейшего совершенствования спортивного мастерства.

Методическая последовательность (этапы) и способы обучения отдельному приему

Первый этап обучения — создание представления о приеме начинается с ознакомления с ним, для чего следует:

- 1) назвать прием, объяснить его содержание и тактический смысл, условия выполнения и зависимость от определенного положения противника (дистанция, позиция, передвижение, вызов и пр.);
- 2) несколько раз продемонстрировать прием в целом, без разделения на элементы, сначала в боевом, затем в замедленном темпе, подчеркивая наиболее характерные моменты выполнения.

Таким образом, создается первое общее представление о приеме, о структуре движений, характере действий, о целостном двигательном акте. Количество повторений показа приема зависит от подготовленности

занимающихся и сложности приема. Повторные демонстрации приема сопровождаются кратким объяснением техники, которое должно останавливать внимание обучаемых на основных элементах приема;

3) прием демонстрируется медленно, с разделением на элементы и с указанием на наиболее важные моменты выполнения. Затем прием снова демонстрируется в целом со средней скоростью и, наконец — в быстром темпе в соответствующей ему боевой ситуации. Разделение приема на элементы усиливает яркость представлений о значимости отдельных деталей движений.

Второй этап обучения — разучивание происходит с использованием следующих методических приемов:

1. Прием выполняется обучаемыми самостоятельно для опробования и проверки правильности созданного мысленного представления о нем.

При хорошей подготовленности обучаемых (при простоте приема) может быть допущено пробное выполнение приема без предварительного деления на элементы.

Преподаватель, наблюдая за выполнением приема, проверяет правильность восприятий, полученных от демонстраций. Занимающиеся выполняют прием сначала медленно, а затем, после разрешения преподавателя, в среднем темпе.

2. Прием выполняется медленно и, если нужно, с разделением на элементы, по команде преподавателя, а затем и самостоятельно.

Это делается для уточнения деталей приема и создания более точных ощущений. Время на выполнение по разделениям зависит от сложности приема и быстроты усвоения. Оно не должно быть длительным, чтобы не вызвать разрыва в представлении о приеме как о целостном двигательном акте.

3. Прием выполняется в целом всеми одновременно по команде, сначала медленно и потом, постепенно убыстряя, в темпе, приближенном к боевому.

Повторяя выполнение приема по команде или под счет, которым подсказывается нужный ритм, преподаватель акцентирует внимание и команду на важнейших элементах. Здесь же могут быть использованы упражнения на подсобных снарядах (чучелах и мишенях).

4. Прием снова выполняется обучаемыми самостоятельно в замедленном темпе, без напряжения, с соблюдением максимальной правильности и точности во всех элементах.

Для проверки правильности движений используются: самоконтроль, наблюдение за выполнением в зеркало, наблюдение и помощь партнера. Преподаватель, переходя от одного фехтовальщика к другому, делает персональные поправки и указания.

5. Прием выполняется обучаемыми одновременно в темпе, приближающемся к боевому.

Этим как бы подводится итог предварительной работы над освоением основной структуры приема или действия. В целях побуждения к лучшему выполнению приема рекомендуются контрольные выполнения приема перед группой, привлекая к оценке качества всех занимающихся.

В процессе разучивания приема создаются мышечно-осознательные представления о правильном выполнении, осознаются основные компоненты и первоначальные проприоцептивные ощущения, происходит образование, координационных связей, необходимых для данного движения.

В первой стадии формирования двигательного навыка происходит становление основной структуры выполнения фехтовального приема, которая в дальнейшем закрепляется и совершенствуется, и именно поэтому очень важно создание правильного представления о его структуре с самого начала обучения.

Однако способность правильно воспроизводить разучиваемый прием еще не означает овладения навыком. Это осуществляется в следующей стадии закрепления навыка.

Третий этап обучения — закрепление навыка происходит в систематических повторных выполнениях, в которых постепенно приобретаются свобода, экономичность и легкость движений. Постепенно темп выполнения приближается к максимальному — боевому. Лучшей формой проведения упражнений для закрепления навыков являются упражнения в парах и с преподавателем.

Рекомендуется следующий порядок проведения упражнений при попарном (двухшерснговом) построении:

1. Прием выполняется поочередно по команде преподавателя.

Сначала прием выполняется в легких условиях (замедленный темп, фиксированное положение оружия партнера, несколько укороченная дистанция и пр.). По мере усвоения преподаватель подсчетом или возгласом подчеркивает необходимость убыстрения или акцентирования какого-либо элемента.

2. Прием выполняется поочередно (по несколько раз) самостоятельно.

Каждый обучаемый при этом должен помогать своему партнеру, объясняя ошибки, облегчая позиции, требуя точности. Преподаватель, переходя от пары к паре, проверяет действия, дает указания, а в случае необходимости заменяет временно одного из партнеров, давая короткий индивидуальный урок на заданные действия.

3. Прием снова выполняется всеми одновременно по сигналу преподавателя.

Это дает возможность яснее представить степень усвоения, а также полезно для установления дисциплины, которая несколько падает (особенно в начале обучения) при произвольном самостоятельном выполнении.

4. Прием выполняется в усложненных условиях сначала по команде преподавателя и вслед за установлением понимания самостоятельно.

Усложнение условий выполнения достигается изменением позиций, добавлением передвижений, изменением дистанции, включением подготавливающих действий, усилением активности партнера и пр. Важно добиваться совершенно ясного понимания задания обоими партнерами, и особенно обслуживающего, так как ему приходится выполнять роль преподавателя.

5. Прием выполняется с продолжением действий, развитием их в боевую схватку, используя изученные ранее приемы и действия.

Закрепление навыка в боевых схватках производится сначала в упрощенных условиях и замедленном темпе, который постепенно нарастает. Затем обстановку усложняют включением новых подготовляющих действий. Схватка не должна становиться самоцелью, и при тренировке приема к ней нужно переходить не каждый раз, а несколько неожиданно, развивая ориентировку и проверяя, таким образом, автоматизированность выполнения основного изучаемого приема или действия.

Четвертый этап обучения — совершенствование спортивного двигательного навыка. Для достижения совершенного выполнения и применения приемов используются:

1. Упражнения во взаимных индивидуальных уроках, в которых фехтовальщики поочередно выступают в роли преподавателя.
2. Переходить к этим упражнениям можно только после прочного усвоения основных технических приемов и развития достаточно ясного представления о взаимозависимости действий фехтовальщиков.
3. Упражнения в индивидуальных уроках преподавателя (технической, тактической или соревновательной направленности).
4. При совершенствовании изучаемого приема широко используются ранее изученные действия, специальные упражнения для увеличения технического разнообразия и вариативности выполнения приема, «немые» уроки и уроки «вольного боя».
5. Специальные соревновательные упражнения («контры»).
6. Упражнения в учебных боях.
7. Особенно рекомендуются учебные бои в замедленном темпе, которые позволяют разглядывать действия свои и противника, как при рапидной съемке. Главным в этих боях является развитие способности сознательно и без напряженности определять направление действий противника и соответственно реагировать на них.
8. Соревновательные бои.

В этих боях фехтовальщики опробуют новые и ранее изученные приемы в условиях спортивного единоборства. Бои проводятся на определенное количество ударов (уколов) с привлечением занимающихся к судейству.

Повторим коротко, что в первой стадии происходит ознакомление с приемом, во второй — овладение основной структурой движений, в третьей — автоматизация навыка, в четвертой — достигается убыстрение, уточнение, гибкость навыка, происходит увеличение фонда стереотипов двигательных навыков и развитие подвижности корковых процессов.

Эти задачи решаются с некоторыми специфическими для фехтования затруднениями, которые должны быть учтены преподавателем. С одной стороны, мы заинтересованы в том, чтобы навык был (предельно) автоматизирован, и для этого необходимо делать упражнения с многократными повторениями в одинаковых условиях. С другой стороны, в фехтовании приходится постоянно сталкиваться с изменением условий, как в тренировке, так особенно во время боя. Следовательно, автоматизированное, стандартное выполнение приема может отрицательно сказаться на возможностях вариативного выполнения приемов и действий в бою, где все изменчиво и неповторимо.

Чтобы избежать установления «косного» шаблонного навыка, необходимо постоянно изменять условия применения приема и не заниматься длительной механической зубрежкой приемов в одних и тех же условиях. После достижения автоматизированности в выполнении приема переходят к сочетаниям его с другими приемами, переключению с одного вида действий на другой, от нападения к защите, к боевым схваткам и сложным формам тактических действий (ложные, повторные атаки, контратаки и пр.).

Постепенное развитие и совершенствование навыка в отдельном приеме фехтования происходят не изолированно по вышеуказанным этапам. Уже первая стадия имеет элементы закрепления и совершенствования, поскольку в ней есть повторения, изменения ритма и другие варианты выполнения. В закреплении имеются уже все элементы совершенствования, продолжается закрепление и автоматизация навыков. Вместе с тем здесь происходит и разучивание новых вариантов, уточняются детали, обнаруживаются новые стороны техники и тактики. Таким образом, на более поздних этапах обучения мы постоянно сталкиваемся и с разучиванием и с овладением структурой движений, присущих первой стадии образования навыка.

* * *

В учебно-тренировочном процессе при овладении техническими навыками большую роль играют три момента: 1) осмысливание приемов и действий; 2) самоконтроль за их выполнением и 3) исправление ошибок.

Осмысливание приемов и действий является непременным условием успешного формирования спортивно-технических навыков и осуществляется при активной сознательности обучаемых. Для помощи в осмысливании приема используются разные методические средства. К ним относятся: показ; объяснение; сообщение характера ощущений, которые должен испытывать фехтовальщик при правильном выполнении приемов; опрос о выполнении и ощущениях; демонстрация следствий неправильного выполнения; привлечение занимающихся к обучению более слабых фехтовальщиков или новичков; предложение выполнить новый прием на основании только рассказа без демонстрации; постановка задач на взаимное индивидуальное обучение; повторные объяснения и показы. В процессе осмысливания происходит возбуждение соответствующих двигательных центров, создается необходимая психическая настройка на выполнение определенной работы.

Понимание структуры приема и его деталей развивает способность к самоконтролю за выполнением приемов и действий фехтования.

Самоконтроль за выполнением приемов и действий способствует более быстрому формированию правильных навыков и предупреждает появление стойких ошибок. Самоконтроль возможен при условии хорошо развитого чувства движения и полном понимании смысла и структуры приема или действия.

Мастера фехтования, даже в самых напряженных соревнованиях, могут определять мельчайшие особенности движения и делать быстрые выводы для исправления ошибок в последующих движениях в процессе этого же боя.

Способность к самоконтролю следует постепенно и настойчиво воспитывать и развивать. Для этого могут быть рекомендованы такие методические приемы: выполнение приемов и действий с разделением на составные элементы; чередование быстрого выполнения с замедленным; специально замедленное выполнение; остановки движения с фиксацией различных его моментов для лучшего разбора и ощущения; выполнение частей движения с заданной скоростью; выполнение под наблюдением партнера и наблюдение за партнером; выполнение перед зеркалом; анализ проведенных тренировочных боев и соревнований; специальные разборы техники фехтования; изучение основ боя и т. п.

Использование этих средств может содействовать развитию у фехтовальщиков критического мышления, повышению наблюдательности и требовательности к себе, увеличить способность к анализу движений, развить интерес и любовь к техническому совершенствованию.

Исправление ошибок. Ошибками называют отклонения, нарушающие механизм движения, искажающие его структуру, своевременность и целесообразность действий.

Все ошибки по специальному фехтовальному признаку можно разделить на технические и тактические; по физиологическому — на автоматизированные и неавтоматизированные и по биомеханическому — на локальные и цепные.

Технические ошибки нарушают основную правильность движений, искажают элементы, составляющие рабочее движение фехтовальщика. Это ошибки в координации движений. Даже при тактическом преодолении противника они могут помешать достижению победы, так как их результатом являются незасчитываемые уколы или удары (промахи, уколы в непоражаемое пространство, недобранные защиты, случайные падения и т. д.).

Тактические ошибки выражаются в несоответствии действий и поведения фехтовальщика в бою действиям, поведению и всему боевому облику своего противника.

Автоматизированные ошибки возникают в результате многократных повторений неправильных движений, в процессе которых вырабатывается стереотип неправильного двигательного навыка. Автоматизированные ошибки исправляются со значительными трудностями, а в ряде случаев, если их запустили, остаются навсегда. Исправление этих ошибок требует ломки образовавшегося неправильного навыка и погашения установившихся рефлексов.

Неавтоматизированные ошибки чаще всего возникают в начальном обучении и представляют собой как бы неизбежное явление, обусловленное неподготовленностью нервно-мышечного аппарата и психики к выполнению новых необычных движений. Они связаны с недостаточностью контроля со стороны двигательных анализаторов в работе по установлению сложных условнорефлекторных связей, т. е. в выработке новых координации.

При встрече с новым движением, до установления навыка, в нервной системе идет деятельная работа, связанная с необходимостью наладить правильные взаимоотношения частей тела и органов. Совершенные координации возникают только в результате этой борьбы. И пока идет обучение, возникновение ряда ошибок представляет собой как бы неизбежное явление. При отсутствии должного внимания к ним они могут стать автоматизированными и будут представлять большую помеху в дальнейшей тренировке фехтовальщика.

Локальные ошибки представляют искажение отдельных деталей движения, отклонения от структурной правильности, не искажающие основы приема или действия. Примерами таких ошибок могут быть: значительное проваливание тела книзу при выпаде, недостаточная профильность боевой стойки, поворот ступни сзади стоящей ноги на внутренний край при выпаде, излишне широкие движения предплечьем в защитных действиях и пр. Все эти ошибки представляют неточности в выполнении движений, с которыми нужно настойчиво бороться, так как они делают движения фехтовальщика неполноценными в боевом отношении.

Цепные ошибки искажают движение или положение в целом. При этих ошибках нарушение правильности в одной части тела ведет к ряду отрицательных последствий во всей цепи движения. Так, наклон головы вниз-вправо, часто встречающийся у начинающих, вызывает изменение в положении позвоночника, перераспределяет тонус мышц всего тела, влечет к падению корпуса вниз и, как следствие, ведет к потере точности и равновесия.

Преподаватель должен очень внимательно следить за процессом образования и совершенствования навыков, вовремя замечать ошибки и предупреждать их закрепление. Важно точно и своевременно определить основную причину возникновения ошибки и прежде всего, принять меры к ее устранению.

Для устранения ошибок обычно используют те же приемы, что и при разучивании приемов и действий фехтования. Большое значение имеет демонстрация ошибок. В демонстрации может быть допущена и некоторая подчеркнутость — утрировка, при которой не следует допускать насмешки.

Бывает, что ошибка не поддается исправлению. В этих случаях полезно совершенно исключить выполнение тех приемов, в которых она встречается, чтобы сгладить след от нее в памяти. Через некоторое время надо снова вернуться к этим приемам, разучивая их как бы сначала и стараясь обойти те моменты, при которых ранее возникала ошибка.

При устранении ошибок, особенно в работе с молодыми фехтовальщиками, нельзя перечислять сразу мелкие и большие недостатки, которых может в начале обучения возникать значительное количество. Необходимо обратить внимание сперва на главную ошибку, а после ее устранения перейти к исправлению более мелких.

Преподаватель не должен успокаиваться на том, что прием или действие выполняется «в основном правильно», хоть и с небольшими погрешностями. Мало заметные ошибки могут впоследствии оказать резко отрицательное влияние на спортивное совершенствование. По существу настоящая работа над спортивным совершенствованием начинается именно после правильного овладения основными механизмами движений, и эта работа над характером движения, его качеством и деталями, т. е. шлифовка, должна неуклонно продолжаться на

протяжении всей спортивной жизни фехтовальщика.

МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ

Достижение высоких и устойчивых спортивных результатов возможно только при условии систематических и хорошо продуманных занятий, в которых используются наиболее эффективные средства и методические приемы, имеющиеся в нашей системе физического воспитания и самого фехтования.

Такая система занятий, охватывающая все стороны подготовки спортсмена к выступлению в соревнованиях, составляет процесс, именуемый спортивной тренировкой.

Тренировка представляет собой длительный педагогический процесс, предусматривающий разрешение задач развития и совершенствования: 1) спортивно-технических и тактических навыков и умений; 2) физических качеств и 3) моральных и волевых качеств.

Тренировочная работа по фехтованию должна строиться так, чтобы одновременно с решением специальных задач решались и важнейшие общие задачи — улучшение общего состояния здоровья и воспитание занимающихся в духе коммунистической морали.

Только настойчивая борьба за гармоническое решение этих задач, правильное использование различных средств и методов вместе с серьезной воспитательной работой могут обеспечить успешность спортивного совершенствования фехтовальщика и достижение результатов, стоящих на уровне высшего международного класса.

Развитие и совершенствование спортивно-технических навыков и умений

Совершенное фехтование на избранном для специализации виде оружия достигается в результате длительной и упорной работы над повышением функциональных возможностей организма спортсмена, в частности над развитием его двигательных функций, кропотливой работы над точностью боевых движений и над развитием тактического мышления.

Средства и методические приемы тренировки уже были описаны в разделе методики обучения фехтованию. В зависимости от подготовленности фехтовальщиков и периодов тренировки будут различия в распределении средств, интенсивности занятий, их содержании и дозировке нагрузки. Избранный вид фехтования становится предметом тщательного изучения и совершенствования на долгие годы, в течение которых возникают все новые и новые, все более сложные задачи и требования, обязывающие фехтовальщика бороться за дальнейший рост спортивного мастерства.

Техническое и тактическое совершенствование представляет единый процесс, осуществляемый в тренировке. Чем выше техническое мастерство фехтовальщика, тем разнообразнее и богаче может быть тактика, и чем лучше развито тактическое мышление, тем большие требования предъявляются к его технической подготовленности.

Мастерство фехтовальщика зависит от степени развития у него таких спортивно-технических навыков и умений, как: 1) точность выполнения приемов и действий; 2) быстрота действий; 3) своевременность и целесообразность действий; 4) способность к точному определению дистанционных и пространственных положений и 5) вариативность выполнения приемов и разнообразие действий.

Точность выполнения приемов и действий. Это качество необходимо для сохранения правильности движений, меткости уколов и ударов в различных условиях боя. Точность нужна как при выполнении приемов нападения, так и при защитных действиях. Точное положение вооруженной руки и управления оружием, точность движений ног и тела дают возможность выполнять приемы экономно и быстро, делают фехтовальщика уверенным при выполнении каждого движения.

Фехтовальщик должен иметь отлично развитую кинестетическую чувствительность, позволяющую ощущать положение оружия и всего тела в каждый момент боя. Малейшая неточность движений срывает прекрасно задуманные комбинации и обращается против самого исполнителя, несмотря на соблюдение всех других условий (выбор момента, дистанции, быстрота и пр.). Можно найти много случаев, когда фехтовальщикам приходилось тяжело расплачиваться за неточное выполнение одного движения.

Главной технической трудностью в фехтовании является значительная длина оружия, которым нужно управлять, как собственной частью тела. Только при постоянном чутком ощущении всех положений своего оружия можно не опасаться обидных случайностей.

Точность управления зависит от правильности держания оружия и развитости ощущения положений клинка. Эту способность нужно развивать и совершенствовать на протяжении всего периода спортивной деятельности фехтовальщика, независимо от уже достигнутых результатов. Можно рекомендовать ряд целесообразных упражнений для развития точности в управлении оружием, которые должны проходить на фоне повышенной требовательности к экономичности движений и меткости прикосновений: многократные повторения приемов в упражнениях без противника, на мишенях и чучелах, с партнером, в индивидуальных уроках тренера; расчлененное выполнение приема или действия с фиксацией и проверкой каждого элемента; многократные движения оружием с внезапными остановками по сигналу тренера в различных фазах движения и проверкой правильности ощущений и представлений об элементах приема; замедленное выполнение приема или действия с изменением амплитуды движений для уточнения ощущений путем сравнения широких и мелких движений; выполнение приемов с наблюдением за правильностью, глядя в зеркало; выполнение под наблюдением товарища по тренировке и т. п.

Особенно полезными могут быть упражнения с партнером. Приведем некоторые из них: 1) один из

фехтовальщиков различными изменениями дистанции, положений корпуса и вооруженной руки вызывает второго на нанесение уколов (ударов) в открывающиеся части тела; 2) упражнения в круговых движениях: один из партнеров из шестого соединения делает перевод, второй берет шестую круговую защиту и отвечает с переводом, первый, в свою очередь, берет шестую круговую и отвечает с переводом и т. д. Сначала это выполняется на ближней дистанции, потом с выпадом и, наконец, с шагом вперед и выпадом. При выполнении с шагом вперед и выпадом сначала делается шаг вперед, сохраняя соединение, а затем перевод с выпадом. Второй партнер делает сначала шаг назад и второй шаг назад делает на укол с выпадом. Аналогичные упражнения следует выполнять из четвертого и других соединений. Вначале эти упражнения выполняют медленно, а после освоения координации постепенно убыстряют до максимальной скорости. При этом нужно обращать внимание на то, чтобы атака по возможности доходила до цели, а защита была бы выполнена аккуратно и своевременно. При попадании уколом в атаке «е нужно останавливаться; движения продолжаются до тех пор, пока наступит умеренное утомление мышц и внимания.

Подобного рода упражнения можно с одинаковой пользой исполнять на всех видах оружия. Они должны быть известны всем фехтовальщикам и после разучивания включены в тренировки — в упражнения специальной разминки, или в основную часть в промежутки между учебными боями, или в другое время, указанное тренером.

Развитие скорости движений и быстроты двигательной реакции

Эти два качества — самые важные для фехтовальщика. Способность к большой скорости движения и реагирования в выполнении действий нападения и защиты является обязательной предпосылкой достижения фехтовального мастерства. Скорость движений развивается в процессе многократного выполнения приемов и действий с большим скоростным усилием. Это усилие в фехтовальной тренировке может стимулироваться заданием тренера, самозаданием (в отрыве от внешнего раздражения) или боевой логикой взаимодействий.

Боевые взаимодействия, имеющие цель нанести удар («туше») и избежать его, являются лучшим упражнением для развития быстроты двигательной реакции и скорости движения, что в совокупности и является быстротой фехтовальщика. Это не исключает необходимости в изолированном упражнении скорости движения для медлительных людей при хорошей реакции, и, наоборот, для быстрых в движениях, но опаздывающих с началом реагирования следует давать упражнения с акцентом не на быстроту движения, а на сокращение времени от восприятия до начала реагирования, т. е. упражнения на быстроту двигательной реакции.

Быстрота действий фехтовальщика и управление ею. Фехтование является «скоростным» видом спорта, поэтому развивать качество быстроты весьма важно. У тренированного фехтовальщика высокой квалификации быстрота двигательной реакции и скорость движений могут достигать значительных величин. Так, скорость защиты и ответа достигает 0,1 сек., а простая атака с выпадом у сильнейших спортсменов может выполняться в 0,11—0,13 сек.

Быстрота фехтовальщика имеет некоторые специфические особенности. Она далеко не всегда прямолинейна и однотемпна, должна проявляться внезапно — в молниеносных переходах от одних действий к другим, в максимальных скоростных усилиях из неподвижного положения и из «вялых», подчас подготавливающих, движений, в мгновенной приостановке и быстром возобновлении движений, изменяя при этом характер и направление скоростного усилия.

Подчеркиваем весьма важное обстоятельство: при проявлении максимальной скорости должна сохраняться легкость и эластичность движений, способность к быстрому переходу от большого напряжения к расслаблению и, наоборот, к еще большему скоростному усилию. Известно, что наибольшую опасность представляют именно те фехтовальщики, которые могут проявить скорость внезапно, из медленных, отвлекающих движений в тот момент, когда противник меньше всего ожидает нападения.

Излишнее напряжение, связанное с быстрым движением или со старанием сделать прием с максимальной скоростью, представляет одну из трубейших ошибок и очень мешает в бою. Такие фехтовальщики, раз начав движение, уже не могут ни увеличивать, ни уменьшать скорость движения, ни тем более изменять направление его или пресекать, хотя этого и требует обстановка боя.

Управление скоростью движений представляет характерную особенность работы над специфической быстротой фехтовальщика. Это качество необходимо настойчиво развивать в каждом занятии вместе с совершенствованием способности к проявлению максимальной скорости. Специальные упражнения, направленные на развитие быстроты, не должны быть овязаны с излишним напряжением нервно-мышечного аппарата и изменяются постепенно и последовательно по мере совершенствования техники фехтовальных приемов и действий. Не следует спешить с требованием максимально быстрого выполнения приема, если в нем не достигнута еще полная согласованность всех частей и элементов. Только после появления у фехтовальщика свободы и легкости выполнения можно переходить к максимальным скоростным усилиям.

Работа над развитием специфической быстроты и способности к управлению скоростью движений должна вестись регулярно, и с этой целью могут быть использованы:

- индивидуальные уроки тренера, который разной постановкой заданий и разной скоростью своих действий побуждает фехтовальщика к выполнению максимально быстрых движений, изменению их направления, переключению скорости, увеличению финишной скорости действий; выполнению атак заданным способом на партнера, который имеет задачу для защитных действий и ответов;
- выполнение разных атакующих и других движений с максимальной скоростью на подсобных снарядах. Например, с использованием электросекундомера, с выполнением наибольшего количества движений в заданный отрезок времени (в виде соревнования);

- выполнение максимально быстрых атак из неподвижного положения и из замедленных, подготавливающих действий;
- чередование быстрых и медленных движений, прекращение и возобновление движения: без партнера, у мишеней, с партнером и пр.;
- упражнения с постепенным ускорением движений до максимального в конце движения.

Приводим примеры работы над быстротой в индивидуальном уроке с преподавателем или во взаимоуроках двух подготовленных фехтовальщиков.

	Действия тренера	Действия ученика
I. В фехтовании на рапирах		
1	Из положения вне соединения во внутренней линии делает легкий батман в четвертую и колет прямо	Защищается четвертой отведением, делает маленькую паузу в защите и отвечает прямо спокойным, несколько медлительным уколом
2	То же	Защищается так же, но ответный укол дает с максимальной быстротой
3	То же, но от спокойного прямого ответа защищается четвертой я не спеша снова колет	От первого укола защищается четвертой и после маленькой паузы дает несколько замедленный ответ; на второй укол тренера резко убыстряет защиту и ответ
4	Делает прямой укол после батмана в четвертую, защищается от ответа четвертой и отвечает снова прямым уколом; после укола сразу же берет оппозицию, страхуясь четвертой от прямого ответа	Берет быструю защиту и отвечает с максимальной скоростью; на второй укол берет четвертую с шагом назад с паузой в защите и на оппозицию тренера отвечает переводом в шестую линию с шагом или с выпадом
5	Неоднократно посылает вперед оружие с полувыходом на ложный укол	Несколько раз отходит, не реагируя оружием на ложные движения; внезапно перехватывает начало движения четвертой или круговой шестой и колет прямо с максимальной скоростью
6	Стоит вне соединения с нижней позиции оружия (седьмая или восьмая) и движением вперед вызывает ученика на прямой укол	Выбирает момент и атакует прямо с максимальной скоростью с выпадом
7	То же, но показывая готовность к защите и ответу и, защищаясь, отвечает прямо	После нескольких обозначений прямого укола без выпада (с целью разведки оружием) делает прямой укол с небольшим выпадом, вызывая защиту — ответ, резко перехватывает укол и дает контротчет прямо, удлиняя выпад или возвращаясь в боевую стойку, в зависимости от дистанции
8	Вызывает ученика на укол с переводом со средней дистанции и на атаку берет защиту и отвечает с задержкой и движением вперед	Колет с переводом с выпадом спокойным движением и, оставаясь на выпаде, на задержку ответа быстро повторяет прямо и уходит назад, стараясь разорвать дистанцию я не получить ответа тренера
9	То же, но на атаку отходит назад, не беря защиты оружием	Делает медленную атаку с выпадом и на отход быстро закрывается вперед и повторяет с выпадом или с флешью прямо
10	Быстро атакует с батманом или без действия на оружие	Берет быстрые защиты и отвечает с максимальной скоростью прямо

II. В фехтовании на саблях		
1	Передвигаясь шагами вперед и назад, изменением позиций вызывает на атаку с выпадом в открытую линию	Сохраняет дистанцию и на вызов атакует ударом или уколом с выпадом с максимальной быстротой
2	Делает удары на правый, левый бок	Несколько раз защищается третьей или четвертой и, не отвечая, отходит назад; внезапно берет защиту и отвечает в полной скорости ударом по голове
3	Атакует на голову и берет без определенной последовательности то пятую, то третью защиты	Защищается пятой и отвечает с максимальной скоростью в открытое место (или яа правый бок, или на голову, или на левый бок), в зависимости от защитного движения тренера после атаки
4	Атакует на правый бок, защищается от удара по голове и снова бьет в правый бок	Защиту и ответ делает сперва несколько замедленно, а затем резко убыстряя
5	Делая шаг вперед, пытается захватить клинок ученика в третью или в четвертую	Максимально быстрые атаки с переносом на голову с выпадом или броском
6	То же, но отражая атаку и давая ответ в разные	Максимально быстро атакует на голову. В случае неудачи

	линии	атаки берет защиту и дает контрответ с максимальной скоростью в открытую линию
7	Атакуют в разные линии с замахом	На замах делает удар в темп по руке, берет защиту и отвечает в ближайшую открытую линию
8	То же, но после ответа снова атакует с замахом; защищается и отвечает без замаха. Темп действий от первого к последнему постепенно убыстряется до предела	На замах делает удар в темп по руке, защищается и отвечает на вторичную атаку еще быстрее, снова ударяет в темп по руке, защищается и отвечает; быстро защищается и снова отвечает
9	Делает с полувыводом разведывательное движение оружием вперед	Отходит назад, убирая руку к себе; внезапно атакует с батманом в третью или четвертую с шагом и выпадом или с флешью с максимальной скоростью
10	Последовательно атакует на правый бок, голову, левый бок, делая один удар за другим без остановки, соблюдая средний ровный темп	Защищается и отвечает последовательно третья — голова, пятая — голова, четвертая — голова
11	То же, постепенно ускоряя движения	То же, постепенно ускоряя защитно-ответные действия
12	То же, произвольно изменяя направление ударов и темп движений, иногда делает удар с замахом	Реагирует соответственно защитой и ответом, а в случае замаха быстро бьет в темп по руке и отскакивает

Каждый прием или действие повторяется не менее 8—10 раз, в зависимости от сложности в выполнении и сложности.

Упражнения в своевременности действий. Своевременность действий выражается в применении приема неожиданно (врасплох), в правильном реагировании на любое действие противника, в точном учете времени и боевой ситуации. Способность к своевременным действиям, представляющую важнейшее качество фехтовальщика, нужно развивать и совершенствовать, используя для этого:

Упражнения в «немом» уроке с тренером;

Тренер постепенно, ставя разные условия ученику, приучает его к точному учету времени действий, заставляя быть постоянно настороже и использовать каждое возможное мгновение для укола (удара). Например: ученик должен атаковать тренера на его начало шага вперед или на изменение позиции; если же при шаге вперед тренер сопровождает его посылом на удар или укол, ученик должен или отойти, или сделать защиту — ответ. Если тренер, вызывая на атаку сближением или переменной позиции, вдруг отходит назад на вызванную атаку, ученик должен немедленно сделать повторную атаку. Если тренер от атаки берет защиту и отвечает с задержкой, ученик должен сделать повторный удар (укол), оставаясь на выпаде (ремиз). Если тренер сразу же дает ответный удар, ученик должен перехватить его и дать контрответ и т. п.

Упражнения в атаках на заранее определенные движения партнера; например: атака с действием на оружие на выдвижение партнером клинка вперед, если же партнер открывает линию при движении вперед — простая атака в эту линию.

Упражнения в условных атаках (контры) на неподвижного и на изменяющего позиции партнера; например: атакующий имеет право сделать любую простую атаку после любых подготавливающих движений (смена положений клинка, передвижения, перемены соединений). Защищающийся должен внимательным наблюдением определить момент и направление атаки и ответить защитным движением; атакующий имеет право нападать на любое движение защищающегося, который все время делает перемены позиций и пр.

Упражнения в вольном бою с тренером или в учебном бою с партнером по тренировке, выполняя заранее поставленные основные задания; например: стараться использовать каждую возможность для нанесения укола-удара в контратаке; для атаки на подготавливающегося противника (сближением, переменной позиции, выдвижением оружия и пр.).

Вольные бои и соревнования разного типа являются наиболее действенным средством развития и совершенствования чувства боя и своевременности действий, поэтому они должны использоваться в тренировке в самых широких масштабах.

Кроме указанных примерных упражнений, весьма полезны специальные беседы и обсуждение результатов наблюдений за различными фехтовальщиками.

Тренер должен постоянно направлять фехтовальщиков на овладение выбором момента, своевременностью действий и для этого проводить с ними специальные упражнения и беседы с постановкой сначала примитивных, основных заданий, а затем все более усложняя их, побуждая самих выискивать интересные поводы для активных действий.

Упражнения в определении дистанционных и пространственных положений. Способность к правильному определению дистанционных и пространственных положений, в фехтовальной практике часто именуемая «чувством дистанции», состоит в умении фехтовальщика точно определить: расстояние до противника, до цели атаки; определить свои возможности в доставании противника и его возможности в том же; возможности в преодолении дистанции до противника и входа в зону удара.

Совершенствование этой способности проходит, главным образом, во взаимодействиях с партнером и противником. Тем не менее можно рекомендовать некоторые специальные упражнения для ее развития, а именно: выполнение уколов (ударов) на чучелах и мишенях с разных дистанций, сопровождающееся передвижениями.

Приведем примеры:

- укол с места, при котором цель достается легко при свободном выпрямлении руки; укол с места, когда нужно далеко потянуться рукой и корпусом; то же, но укол делается с близкого расстояния при неполном выпрямлении руки; укол с шагом вперед, который делается только после того, как вытягивания оружия не хватает для доставания цели; то же с полувыпадом; укол с двумя шагами вперед, из которых первый делается маленький, а второй широкий; то же, но вместо второго шага делается полувыпад; укол с выпадом и с шагом вперед и выпадом;
- серия уколов, выполняемых без остановки, один за другим: 1) укол с места — шаг назад; 2) укол с шагом вперед — шаг назад; 3) укол с полувыпадом — после возвращения с выпада сделать шаг назад, 4) укол с полным выпадом — после возвращения с выпада сделать еще шаг назад, 5) укол с шагом вперед и выпадом — после возвращения с выпада сделать шаг вперед. Затем вся серия повторяется несколько раз. Во избежание штампа можно менять порядок движений и включать другие условия по усмотрению тренера или самого спортсмена;
- стоя перед мишенью или чучелом, фехтовальщик делает различные перемещения вперед, назад, полувыпады, выпады, шаги вперед и полувыпады и выпады, подходит совсем близко к мишени и делает во время этих маневрирований частые уколы, стараясь чтобы ощущение напряжения оружия при уколе всегда было легким и точным.

Примеры упражнений с партнером и тренером:

- выполнение атак на перемещающегося и открывающегося партнера: фехтовальщик не имеет права передвигаться, а партнер его все время меняет дистанцию и открывает себя для укола прямо или переводом, следя за тем, чтобы атакующий каждый раз сначала постарался достать оружием, а движение на полувыпад или выпад добавлял в зависимости от дальности цели от выдвинутого острия;
- выполнение уколов такого же типа с обоюдным перемещением.

Подобного рода упражнения могут успешно выполняться в индивидуальных уроках с тренером. Тренер дает задание на выполнение уколов (ударов) в зависимости от близости к цели, дополняя их движениями шагов, выпадов, полувыпадов. Пример: тренер двигается с опущенным оружием и движением тела вперед сигнализирует необходимость укола с разных дистанций. При этом он внезапно изменяет дистанции: делает вызов на укол с места и на вытягивание оружия отклоняется или отходит назад, требуя добавления полувыпада или выпада; после возвращения ученика с выпада внезапно вызывает укол, делая большой шаг вперед и требуя укола на согнутой руке и т. п. Потом к этим движениям добавляются и действия оружием (вызовы, перемены соединений, попытки захватов, нажимы и пр.) и снова требуются уколы на разных дистанциях, и не только прямо, но и с переменной линий.

Далее следует использовать упражнения в учебных и вольных боях с выполнением определенных заданий на ведение боя в разных дистанциях. Пример задания: во время боя стараться подойти для атаки с выпадом; при ведении боя вместо защиты оружием пользоваться только отходом, отклонением; на атакующие действия противника брать защиты с шагом вперед, следя за мягким сгибанием руки и сохранением возможности действовать оружием для нанесения уколов в ответах и пр.

Кроме практики в выполнении этих и подобного рода упражнений, для проверки правильности понятий о дистанционных положениях тренер может использовать опрос фехтовальщиков о дистанциях и способах действий в зависимости от них. Можно проводить и специальные беседы о дистанционной борьбе, иллюстрируя ее примерами, виденными в тренировочных и соревновательных боях.

Упражнения в вариативности выполнения приемов. Условия выполнения фехтовальщиком приемов во время боя постоянно изменяются в зависимости от столкновения взаимодействий противников и от особенностей техники, тактики и характера фехтовальщика. Поэтому необходимо постоянно развивать и совершенствовать способность к вариативным выполнениям боевых действий. Вариативность действий предусматривает гибкость навыка, что позволяет свободно и разнообразно совершать один и тот же прием соответственно необходимости боевых моментов. Чем выше развитие этой способности, тем большим фондом двигательных возможностей располагает фехтовальщик, тем увереннее он действует в сложных ситуациях боя с различными противниками, находя правильные выходы из самых неожиданных положений.

Современный бой предъявляет большие требования к отточенности и вариативности действий, и мастерство фехтовальщика определяется способностью к использованию большого количества разнообразных приемов, среди которых имеют место и наиболее излюбленные, используемые на фоне других, главным образом, в самую тяжелую минуту боя. Эти приемы приберегают до решающего момента, показывая хорошее владение всем репертуаром и способность к вариативному использованию его. Лучшими средствами развития и совершенствования этой способности следует считать индивидуальные уроки с тренером, упражнения с партнером и различные бои учебного и соревновательного характера. В выполнении каждого приема должны предусматриваться, кроме «школьного» способа, и основные варианты, с которыми чаще всего встречаются в боях и на базе которых фехтовальщик может создавать новые формы движений и развивать сложные боевые схватки.

Каждый прием должен тренироваться обязательно в трех основных вариантах: на месте, с движением назад и вперед. В тренировке следует в ряде случаев брать один-два приема и строить на них различные усложнения, обыгрывая разные боевые ситуации и сочетания с другими, ранее освоенными действиями.

Приведем некоторые примеры упражнений, способствующих развитию возможностей вариативного применения приемов и действий. В упражнениях с партнером возьмем совершенствование сложных атак с двумя обманами: 1) из шестого соединения первый нажимом на оружие подает сигнал к началу атаки, второй делает атаку с тремя переводами с дальней дистанции (шаг вперед и выпад), первый реагирует на каждое обманное движение прямыми защитами (четвертая и шестая) и дает нанести себе укол в четвертую линию. Ритм атаки равномерный; 2) из того же положения на сигнал к атаке первого второй делает во время шага один обманный перевод, а затем с выпадом два перевода. Реакция первого такая же, как в предыдущем случае; 3) из того же

исходного положения на сигнал к атаке второй делает шаг вперед с двумя обманными переводами и колет с третьим переводом с выпадом.

Таким образом, в одной атаке с тремя переводами мы имеем три разных способа выполнения с тремя разными ритмами. Эта же атака может выполняться на другие сигналы (перемена соединения, попытка захвата, попытка удара по оружию).

Пример для фехтования на саблях: тренируемый прием — удар в темп по руке из третьей позиции: 1) на удар с замахом по правому боку, выполняемый первым, второй бьет по руке сверху я отскакивает, избегая удара; 2) на тот же удар второй делает удар по руке и принимает третью защиту и отвечает на голову; 3) на тот же удар первого второй делает удар в темп по руке сверху. Первый, отдергивая руку, избегает удара, второй сейчас же продолжает повторным уколом прямо; 4) на тот же удар первого второй бьет в темп по руке сверху, первый отдергивает руку назад, второй продолжает повторным уколом прямо с выпадом, первый берет третью защиту и отвечает с замахом на голову, второй на замах делает повторный удар по руке сбоку и, уходя с выпада, берет пятую и отвечает по левому боку.

Пример для упражнений в фехтовании на шпагах: тренируемый прием — четвертая защита и ответные уколы: 1) на укол в четвертую — защита и ответ прямо в грудь (как в рапире); 2) на укол в четвертую — защита вытянутой рукой (длинная защита) и ответ с оппозицией в руку; 3) на укол в четвертую — защита с шагом вперед, сильно огибая руку, и ответ в грудь или плечо; 4) на укол в четвертую — защита четвертая с задержкой, на повторение, оставление вытянутой руки — ответный укол с захватом в нижнюю линию и на отходе повторение в руку сверху; 5) на укол в четвертую — защита стоя на месте и ответ в грудь, или защита с шагом назад (длинная) и ответ в руку, или защита с шагом вперед (короткая) и ответ в грудь, или защита с шагом назад и с выпадом ответ в ногу, захватывая с переводом во вторую (выполняющий защиты и ответы сам выбирает способ действия).

Возможности вариативного выполнения в фехтовании чрезвычайно велики, и их нужно постоянно расширять.

Приведем пример, характеризующий вариативные возможности при тренировке одного приема при упражнениях с партнером или тренером.

В настоящем случае мы приведем пример только защитных и ответных действий при совершенствовании четвертой защиты и ответов в ралирям фехтовании, не развивая этих действий в схватки.

Примерные упражнения для совершенствования рапириста в четвертой защите и ответах после нее, которые можно проводить в индивидуальных уроках с тренером или во взаимоуроках

	Действия тренера	Действия ученика
1	Колет прямо в четвертый сектор	Отбивает четвертой и отвечает прямо
2	Колет прямо с шагом вперед	Отбивает четвертой с шагом назад и отвечает прямо
3	Из шестого соединения колет переводом, делая шаг вперед, и сразу отступает назад	Отбивает четвертой с шагом назад и отвечает прямо с шагом вперед полувывадом или выпадом
4	Колет прямо	Отбивает четвертой с шагом вперед, сгибая руку, и отвечает прямо
5	Колет в четвертый сектор с высоким положением руки	После защиты отвечает в нижнюю линию (под руку)
6	То же, с шагом вперед	То же, делая при защите шаг назад
7	Сделав удар по оружию, колет в четвертый сектор	Отбивает и отвечает в любую линию, выбирая ее в зависимости от положения руки противника
8	Колет после удара по оружию в шестую	Отбивает и отвечает вниз или вверх
9	То же, с шагом вперед	Отбивает с шагом назад и отвечает в любую линию
10	Колет в четвертую линию и, отбив прямой ответ, колет еще раз прямо	Берет четвертую и отвечает прямо, еще раз отбивает и отвечает прямо
11	То же, с шагом вперед	То же, но делая при первой защите шаг назад
12	То же, и на последнее движение делает шаг назад	То же, но на последнее движение добавляет полувывад, выпад или шаг вперед
13	Колет в четвертую линию и, от ответа берет четвертую защиту	Отбивает и отвечает с переводом
14	То же, с шагом вперед	Отбивает с шагом назад и отвечает с переводом
15	То же, с шагом вперед и после отражения укола делает шаг назад, закрываясь четвертой	Отбивает четвертой с шагом назад и отвечает с переводом, делая по необходимости полувывад, выпад или шаг вперед
16	Удар по оружию (батман) в четвертую и укол прямо, закрываясь сразу после укола в четвертую	Защищается четвертой и отвечает с переводом
17	То же, с движением вперед и отступая после защиты тренируемого	Защищается с шагом назад и отвечает с полувывадом, выпадом или шагом вперед
18	Колет, защищается от ответа четвертой, снова колет прямо и от ответа защищается четвертой	После первой защиты отвечает прямо, а после второго укола тренера, защитившись, отвечает с переводом
19	Колет в четвертый сектор, защищается от ответа	Защищается четвертой и отвечает прямо, снова

	четвертой и отвечает прямо, снова защищается от перевода шестой и отвечает прямо	защищается и отвечает с переводом, снова защищается шестой и отвечает прямо или с переводом
20	С шагом вперед пытается захватить в шестую позицию, отражает контратаку и отвечает в четвертую	На захват колет с переводом в четвертую с выпадом; стоя на выпаде, берет четвертую и дает контротчет прямым уколом
21	Атакует из четвертого соединения с двумя переводами	Защищается шестой и четвертой и отвечает по своему усмотрению в открытую линию
22	Колет с переводом в четвертую и сразу же берет четвертую круговую защиту	Взяв четвертую, после мгновенной задержки, пропустив четвертую круговую тренера, колет прямо
23	После нескольких ложных касаний в четвертую внезапно атакует с батманом или прямо, или с двумя переводами	Берет четвертую или шестую и четвертую и отвечает прямо или с переводом
24	Атакует с переводом в четвертый сектор	Защищается четвертой «проходящей» и отвечает уколом вниз, поворачивая пальцы во вторую или оставляя их в положении четвертой позиции
25	С шагом вперед колет в четвертую и берет четвертую и шестую защиты	Защищается и отвечает с двумя переводами
26	Атакует и берет четвертую круговую защиту	Защищается и отвечает удвоенным переводом (дубле)
27	Колет и оставляет руку, пытаюсь сделать прямой повторный укол (ремиз)	Защищается с шагом вперед или на месте и, захватив вытянутое оружие, колет с захватом во вторую
28	То же, но после отражения первого движения отступает назад	Защищается и на отход отвечает с захватом и делая выпад, полувывад или шаг вперед и выпад
29	То же, что в упражнении 27	Защищается четвертой и отвечает без потери соединения с круговым захватом в четвертую
30	Колет с тремя переводами с шагом вперед и отступает далеко назад	Защищается четвертой—шестой—четвертой с большим шагом назад и отвечает атакой с выпадом или шагом и выпадом с переводом, двумя или тремя переводами

На этих примерах показано направление тренировочных упражнений, которые можно использовать при совершенствовании приемов и действий. В зависимости от квалификации тренера и фехтовальщиков эта упражнения можно упрощать или разнообразить и усложнять.

Упражнения с партнером и во взаимных уроках могут дать большой материал для развития способности к вариативному использованию приемов. Особо важное значение для развития этого качества имеют индивидуальные уроки с тренером, а также соревнования и учебные бои со специальной установкой на овладение разнообразием действий.

Указания к проведению тренировки в технике и тактике

Систематическая тренировка должна предусматривать равномерное развитие всех сторон фехтовального мастерства. Тщательная техническая подготовка, осуществляемая на основе отличной физической подготовленности, позволяет достигнуть высоких и устойчивых спортивных результатов.

Из средств самого фехтования для спортивно-технической тренировки более всего подходят регулярные и хорошо продуманные индивидуальные уроки тренера, взаимные уроки и упражнения с партнером, которые являются связующим звеном между урочной техникой и соревновательным боем.

Для закрепления и совершенствования специальных технических и тактических навыков решающее значение имеют правильно организованные учебные бои и учебные соревнования. Здесь фехтовальщики воспитывают волю, развивают «чувство боя», овладевают мастерством единоборства и вводят в свой боевой «репертуар» новые приемы и действия.

Объем и содержание работы по совершенствованию спортивно-технических качеств будут зависеть от квалификации и подготовленности спортсменов. С молодыми фехтовальщиками упражнения в индивидуальных уроках и с партнером должны быть сравнительно простыми, а количество приемов, предлагаемых к освоению в тренировке, ограниченным.

Чем выше мастерство фехтовальщиков, тем более сложные, разнообразные и быстрые приемы и действия включаются в каждую тренировку, в индивидуальные уроки тренера. Тренироваться фехтовальщик должен в основном у постоянного тренера, который за время длительной работы с учеником достигает полного знания всех его особенностей, что позволяет правильно определить направление тренировки и индивидуализировать задания в соответствии с его возможностями.

Непременным условием успешного решения задач спортивно-технической тренировки является постоянная требовательность и большое количество повторений приемов и действий в разных вариантах. Индивидуальные уроки опытных спортсменов отличаются от уроков фехтовальщиков меньшей квалификации тем, что они представляют каждый раз как бы «прогон» по всем видам действий. Наблюдение за тренировками сильнейших советских и иностранных фехтовальщиков показывает, что индивидуальные уроки с ними отличаются значительной длительностью, большим количеством повторений, высокой интенсивностью и постоянным изменением обстановки выполнения. Длительность уроков составляет 40—70 мин., а для женщин 30—50 мин. Уроки,

имеющие основой совершенствование техники или исправление ошибок, обычно более длительны; уроки, направленные на совершенствование боя, более интенсивны и менее длительны.

В индивидуальных уроках тренера, работающего с хорошо подготовленными спортсменами, имеющими достаточный запас спортивных навыков и умений, можно давать отработку всех видов действий и переходы от одних к другим со значительными усложнениями. По ходу урока тренер более длительно останавливается на тех или иных действиях, в которых обнаруживается ошибка или непонимание, или на тех, которые представляют наибольший интерес как излюбленные приемы данного спортсмена.

Для менее подготовленных все условия выполнения приемов и боевые ситуации упрощаются, а интенсивность снижается из-за необходимости затрачивать больше времени на правильность техники, разъяснение тактических положений и исправление ошибок.

Примерные индивидуальные уроки для спортсменов высших разрядов на разных видах оружия

I. Вид оружия — рапира. Длительность урока — 50 мин.

Интенсивность высокая с большим количеством повторений, сложных схваток, изменений дистанционных положений. Период тренировки основной. Направленность урока — совершенствование спортивно-технических навыков и умений.

№	Действия тренера	Действия ученика
1	Делая небольшие шаги вперед, меняет позиции, делает попытки соединений и захватов оружия ученика	С ближней дистанции делает уколы прямо, переводом в верхние и нижние линии, избегая соединений, которые навязывает тренер, и сопровождает каждый укол легким и быстрым отходом с принятием оппозиционного положения
2	В разной последовательности меняет соединения или открывается для прямого укола, сопровождая эти движения передвижениями вперед и назад	Избегая соединений или используя открывание линий, сохраняя среднюю дистанцию, делает атаки с выпадом уколом прямо или переводом в разные линии. По требованию тренера остается на выпаде с фиксацией укола или быстро возвращается в боевую стойку с принятием оппозиционного положения оружием. Сначала в несколько замедленном темпе, который постепенно нарастает до максимального
3	То же, но временами вытягивает оружие, показывая прямой укол	На выдвижение оружия тренера колет с выпадом прямо с оппозицией, выводя клинок тренера из угрожающей линии
4	На фоне небольших передвижений делает попытки переменить соединение или захватить оружие ученика из положения вне соединения	Сохраняет среднюю дистанцию и, избегая соединения, делает атаку с двумя переводами в разные линии. Постепенно ускоряет темп, особенно финишного движения
5	Колет с переводом или после легкого батмана, прямо в линию шестой или четвертой позиции; делает разный по глубине посыл на укол, сопровождая шагом вперед или полувыпадом	Берет соответственно шестую или четвертую защиты и отвечает прямо, стараясь не отрываться от клинка тренера и сохраняя оппозицию. В зависимости от глубины атаки берет защиту или на месте или с отходом
6	То же, что в предыдущем случае. После нескольких повторений предлагает ученику выбирать дистанцию для защиты самостоятельно	Берет защиту с шагом вперед, мягко сгибая руку на себя при четвертой, перехватывая впереди при шестой. Затем выполняет защиты, произвольно сопровождая их шагом назад, вперед или оставаясь на месте
7	Колет с движением вперед в нижнюю линию	Защищается седьмой и отвечает или прямо под руку, или с переводом вверх
8	Колет в нижнюю линию и временами отходит назад, берет защиту и колет снова в верхнюю линию	Защищается седьмой и отвечает: если тренер отходит, то удлиняет ответ выпадом на контротчет — уходит назад, снова защищается четвертой или шестой и отвечает прямо или с изменением линии
9	То же, добавляя еще одну защиту и ответ в верхнюю или нижнюю линии	То же, добавляя соответственно защиту и ответ
10	Из игры клинком, опуская оружие в нижнюю линию, вызывает на атаку прямо на обманное движение прямого укола ученика или несколько отходит назад без защиты или беря четвертую-шестую защиты.	На вызов делает обман прямого укола с шагом вперед и по надобности или заканчивает атаку прямо или с переводом, избегая защиты тренера
11	Та же, но после атаки ученика сам отвечает уколом, развивая схватку в разных линиях	После атаки защищается, нужной защитой и отвечает прямо или с изменениями линии, делая столько защит

		и ответов, сколько своими действиями навязывает тренер
12	То же, и временами на атаку берет защиту и отвечает с задержкой или с обманом	После атаки в случае задержки ответа тренера делает повторный укол в ту же линию (ремиз)
13	Колет в четвертую линию или дает возможность для прямого укола или защищается шестой	Берет шестую круговую и отвечает прямо или с переводом
14	Атакует сдвоенным переводом (дубле)	Берет шестую, четвертую и отвечает прямо или с переводом, или берет круговую четвертую, шестую и отвечает прямо или с переводом
15	Колет в четвертую линию, защищается от прямого укола и снова колет прямо	Защищается шестой круговой или четвертой и отвечает прямо. Еще раз защищается той же защитой и отвечает прямо
16	То же, добавляя еще одну защиту и ответ, временами отходя для вызова ученика на ответные уколы с выпадом	Защищается соответственно и отвечает прямо, а на последнюю атаку отвечает защитой и уколом с переводом. Если нужно, отвечает с выпадом
17	Пытается захватить оружие в шестую или в четвертую и в случае неудачи сразу же отодвигается назад	Избегая захвата, атакует с двумя переводами с шагом вперед и выпадом с максимальной скоростью
18	То же, иногда отражая атаку и делая ответ или отходом без ответа, вызывая на повторение атаки с изменением линии (реприз)	В случае ответа защищается и дает контрответ, на отход с защитой делает повторную атаку с выпадом или броском
19	Делает разведывательное движение полувыпадом и выдвиганием оружия	Из положения оружия в нижней позиции атакует с действием на оружие батманом в четвертую уколом прямо или батманом в шестую и уколом с переводом. Атака выполняется с шагом вперед и выпадом на полной скорости
20	Колет с переводом в шестую из четвертого соединения	Защищается с кругом четвертой и отвечает прямо, потом из той же защиты отвечает с небольшой задержкой с переносом
21	То же, но отражает прямой ответ и снова колет в четвертую и снова пытается взять четвертую	Берет четвертую круговую и отвечает прямо, еще раз берет четвертую и отвечает с переносом в шестую линию. Первые движения делаются на месте или с отходом, а последнее, после маленькой задержки, с выпадом
22	Атакует в четвертую линию, отражает ответ и отвечает с переводом в четвертую и сразу же отходит, ставя оппозицию в четвертую	Берет шестую круговую и отвечает прямо, защищается четвертой с маленькой задержкой, снова отвечает в шестую с выпадом
23	То же, но после отражения первого ответа колет в нижнюю линию, снова защищается четвертой и отвечает прямо	После первого ответа защищается седьмой или восьмой и отвечает в верхнюю линию, снова защищается четвертой с задержкой и отвечает с выпадом с переводом или с переносом
24	Делает перемены соединений, выдвигание оружия, меняет позиции; иногда избегает атаки отходом без защиты или с защитой	С дальней дистанции атакует или с двумя переводами, или с батманом и переводом, или с захватом и переводом, выбирая способ нападения соответственно обстановке, создаваемой тренером. Атака выполняется с шагом вперед и выпадом с максимальной скоростью в конце движения. В случае отхода тренера назад повторяет атаку прямо или с переводом с выпадом или флешью
25	Делает укол в шестую и оставляет прямую руку, пытаясь повторить (ремиз)	Берет четвертую круговую, на вытягивание руки берет еще шестую круговую и отвечает с переводом. В случае изменения дистанции добавляет выпад. Иногда вместо перевода колет с захватом в шестую
26	Меняет позиции, делает перемены соединения, вызывая простые атаки прямо или с переводами и требуя остановки на уколе с выпадом	Как можно более мягко и точно атакует простыми атаками, следя за абсолютной точностью движений
27	То же, но с резким движением вперед	Делает контратаку в темя с места или с небольшим выпадом — останавливающий укол

Последние движения делаются спокойно, постепенно замедляя темп с соблюдением хорошей техники всех движений.

II. Вид оружия — шпага.

Длительность урока — 50 мин. Интенсивность высокая с большим количеством повторений и различных усложнений (построение боевых схваток, изменение условий, неожиданные переходы от одних действий к другим и т. п.). Период тренировки — основной, состояние — готовность к соревнованиям. Направленность урока — спортивно-техническое и тактическое совершенствование.

	Действия тренера	Действия ученика
1	Передвижения шагами вперед и назад	Соответственно передвигаясь, сохраняет дистанцию, обращая внимание на легкость и непринужденность стойки и передвижений
2	В передвижениях меняет положение вооруженной руки и оружия, вызывая на уколы в руку или тело	Спокойные, как бы настраивающие, уколы в руку снизу, сверху, сбоку, уколы в тело прямыми и переводами
3	Двигаясь вперед, ставит вооруженную руку в разные положения, вызывая уколы и повторения по 2—3 раза	Отходя назад, делает уколы («подставки») в руку с повторениями, соотнося темп с движениями тренера
4	Меняет позиции, соединения, продвигаясь вперед или отступая	Атаки в руку или в тело с выпадом уколом прямо, с переводами, повторяя укол в руку при возвращении в боевую стойку с выпада
5	С шагом вперед обозначает атаку во внутреннюю линию на руку	С большим шагом назад берет круговую шестую и отвечает переводом в руку снизу (защита берется далеко от себя почти слабой частью клинка)
6	Выдвигая вооруженную руку вперед, вызывает атаку на руку сверху и иногда, не давая уколоть, оттягивает руку назад с отходом	Атакует руку сверху или снизу с выпадом; на оттягивание руки быстро повторяет атаку на корпус броском (флешью)
7	Из положения вне соединения внутри делает попытку взять шестое соединение и на переводное движение берет круг шестой	С дальней дистанции на попытку взять шестое соединение делает обман переводом и на шестую круговую колет, сдваивая перевод с выпадом. Постепенно убыстряет темп атаки, делает дубле с шагом вперед и выпадом, доводя исполнение до максимальной быстроты
8	Вызывает на атаку в руку снизу и на попытку колоть защищается второй или седьмой защитой, несколько отходя от первого атакующего движения	На первый вызов атакует в руку снизу с небольшим выпадом и на нижнюю защиту быстро повторяет в корпус или руку сверху с выпадом или флешью
9	Слегка выдвигает свое оружие и на попытку ученика сделать захват в шестую колет с переводом внутрь и еще продвигается вперед после получения укола	С шагом вперед делает ложную попытку захватить в шестую; на перевод тренера, избегающего захвата, колет в руку сверху и еще раз повторяет укол сверху с большим шалом назад. Иногда повторяет по 3 раза в одну линию, делая при последнем повторении скачок назад
10	Атакует издали руку изнутри	Защищается далеко от себя четвертой и отвечает в руку (все на почти прямой руке длинная защита — ответ) и отходит назад
11	То же	Защищается с быстрым шагом вперед, сильно сгибая руку в четвертой защите, и отвечает в ближайшую точку тела или руки
12	Обозначает ложную атаку, делая полувыпад или шаг вперед с выдвиганием оружия на прямой руке, и оставляет руку выпрямленной, обозначая повторение укола	Берет шестую или шестую круговую защиту и отвечает в корпус с завязыванием, переводя клином тренера в нижнее положение
13	То же	Берет четвертую круговую защиту и без потери соединения отвечает с круговым захватом под руку в верхнюю часть тела
14	Выдвигая оружие вперед с угрозой атаки на руку, делает небольшой шаг вперед или маленький выпад; на начало атаки несколько отходит	С дальней дистанции с быстрым шагом вперед и выпадом («трещотка») делает батман в четвертую и укол в линию шестую позицию с переводом с оппозицией в шестую
15	То же	С дальней дистанции на полной скорости делает атаку — батман или контрбатман в шестую и перевод в четвертую линию
16	То же	Атакует с захватом в шестую в верхнюю линию (с хорошо выраженной оппозицией в шестой)
17	То же	Атакует одним из указанных выше способов, по собственному выбору делая в ряде случаев вместо выпада

		атаку броском (флешью)
18	Атакует в разные линии, давая временами поводы к повторениям	Защищается четвертой, шестой, седьмой, восьмой, второй, отвечая по своему выбору, в зависимости от положения оружия тренера, и делая повторные уколы после ответа с отходами или выпадам. Во всех случаях уколов следит за оппозициями при первом ответе и при повторениях
19	То же, временами отбивает ответы и делает контрответы в разные линии	Защищается разными защитами и в случае защит и контрответов тренера снова защищается и отвечает
20	Делает передвижения вперед и назад; на ложную атаку ученика обозначает контратаку и сразу же отходит	На одно из передвижений делает ложную атаку с полувыходом, на показ контратаки тренера делает перехват батманом в четвертую и заканчивает атаку флешью на корпус
21	Атакует прямо или с переводом	Защищается четвертой или четвертой круговой и без потери соединения отвечает (с захватом) вниз
22	Атакует с шагом вперед в нижнюю линию	Делает укол в темп в руку сверху с шагом назад. Если тренер отдергивает руку, переходит в атаку с выпадом или с шагом и выпадам на корпус
23	Атакует с переводом в шестую линию и оставляет вытянутую руку (ремиз)	Берет четвертую круговую с шагом назад и отвечает в шестую с оппозицией
24	То же	Берет четвертую круговую с шагом назад с маленькой паузой и, вызвав ремиз, отвечает, сделав контрбатман в шестую с переводом и выпадом, если тренер отходит или если требует дистанция
25	На разных дистанциях меняет соединения на сокращенной и вытянутой руке	Атакует в зависимости от положения руки тренера с переводами в корпус или в руку с выпадом или с батманом флешью на корпус
26	Открывает разные линии	Делает атаки с выпадом в корпус в разные линии, фиксируя конечное положение укола с выпадом, проверяя точность атаки
27	Атакует в разные линии с разными дистанциями	Берет защиты далеко от себя и отвечает прямо с оппозицией, сливая ответ с защитой в один темп, добавляя выпад в зависимости от дистанции до тренеров и фиксируя конечное положение

III. Вид оружия — сабля.

Длительность урока 50—55 мин. Интенсивность высокая. Период тренировки основной. Направленность урока — совершенствование спортивно-технических навыков и умений с акцентом на развитие способности к вариативным действиям и точности в управлении оружием.

	Действия тренера	Действия ученика
1	После нескольких передвижений, открывая линию или захватывая оружие ученика, вызывает уколы	Из передвижений небольшими шагами на шаг вперед и открывание делает прямые уколы. На попытки захватов делает уколы с переводом с места. После каждого укола делает шаг назад, мягко и точно ставя руку в боевую позицию
2	То же, но на укол временами делает отход назад	Делает уколы с места и в случае отхода тренера добавляет выпад
3	То же, чередуя с ударами с замахами в разные линии, вызывая вместо укола удар в темп по руке	В случае удара тренера делает легкий удар по руке сверху, снизу, снаружи и сразу же отходит, приняв соответствующую направлению удара позицию
4	То же, но иногда, вызвав удар по руке, отдергивает руку назад и отходит	Если попытка ударить по руке не удалась, сразу же переходит в укол с выпадом в ту же линию
5	То же, иногда делая удар без замаха с шагом вперед или полувыходом	Берет соответственную защиту с шагом назад и отвечает в открытое место
6	Из легких передвижений делает атаки в разные линии, чередуя удары без замаха с замахами	Берет соответственные защиты и отвечает в ближайшие линии. В случае замаха делает сначала удар поруче, переходя затем к защите и ответу
7	Делает передвижения с переменной позиций для вызова атак в разные линии	Делает простые атаки с выпадом. На вызов в пятую — атака на правый или левый бок; на попытку захвата в третью — атака с переносом на голову или уколом с переводом; на вторую — атака на голову прямо или прямым уколом

8	То же, временами переходя к атакам в разные линии, делая защиты от атак ученика и отвечая с замахами или без них	В случае внезапных атак тренера берет защиту и отвечает. При ответах тренера берет защиту и дает контрответ. При ответах тренера с замахом делает ремиз (повторный удар) по руке и затем защиту и ответ
9	Атакует правый бок; берет пятую и отвечает на голову; берет третью и отвечает на голову	Берет третью и отвечает по голове; берет пятую и отвечает на правый бок; берет пятую и отвечает на левый бок
10	То же, но все удары делает с замахами	То же, но перед каждой защитой делает удар в темп по руке (междутемпы)
11	Меняет позиции, переводя оружие в пятую, вторую, третью и четвертую, сопровождая передвижениями	Сохраняет дистанцию и атакует флешью: на пятую ударом по правому или левому боку, на вторую по голове, на третью по голове или уколom, или по правому боку.
12	То же, но иногда берет защиту и дает ответ	В случае неудачи атаки защищается и дает контрответ
13	Атакует простыми атаками с продвижением вперед бегом	Защищается и отвечает с быстрым отходом назад
14	То же, но временами делает не простые атаки, а с обманными движениями или с затягиванием удара	В случае обманной атаки или задержки удара ударяет в темп или делает останавливающий укол, стараясь после этого выйти из дистанции боя скачком назад
15	То же, яд иногда отражает ответ и снова атакует	Дает нужное количество защит и ответов в навязываемой тренером схватке
16	Различными передвижениями и позициями вызывает атаку с дальней дистанции	Атакует с дальней дистанции с шагом и выпадом с большой скоростью, выбирая во время шага, в зависимости от позиции тренера, место для удара
17	То же, но временами на шаг вперед ученика бьет в темп по руке или контратакует уколom	Если на шаг вперед тренер делает контратаку, перехватывает ее защитой и продолжает атаку
18	То же, но иногда берет защиту и отвечает быстро или с задержкой	В случае неудачи атаки и ответа защищается и дает контрответ. На ответ с задержкой делает повторный удар в ближнюю точку
19	Атакует с обманами	Защищается, беря соответствующие обманам защиты, или делает удар в темп со скачком назад
20	То же	Не реагирует на обманные движения, стараясь защититься только от последнего решающего удара. Делает это с отходом маленькими быстрыми шагами назад
21	Выдвигает оружие вперед с маленьким движением вперед	Делает короткую атаку (с шагом и выпадом), батман в третью и удар по руке сверху
22	Варианты действий: а) берет третью и отвечает на голову; б) берет третью и не отвечает; в) берет третью и отвечает с замахом; г) берет третью и отходит назад; д) отходит назад, беря пятую или вторую	Варианты действий а) стоя на выпаде, берет пятую и дает контрответ по правому, левому боку; б) повторяет с переносом по голове; в) повторяет по руке сбоку и отскакивает; г) повторяет по голове с флешью; д) повторяет с флешью по правому боку или уколom с выпадом
23	Атакует в разные линии, завязывая схватку из защит и ответов на 6—8 движений	Защищается и отвечает в соответствии с действиями тренера, следя за нарастанием темпа и сохранением легкости и точности движений
24	Делает ложную атаку на руку и пытается сделать повторение уколom	Со скачком назад разрывает дистанцию и переходит в атаку с шагом вперед и выпадом. В случае повторного движения тренера на укол сбивает его защитой и продолжает атаку
25	Вызывает атаку передвижениями и переменной позиций и на переход в атаку реагирует или отходом, или контратакой, или переменной позиции	Делает маленькие шаги вперед, стараясь войти в нужную дистанцию для атаки и быть готовым к контратаке тренера или к быстрой атаке флешью или с выпадом
26	Делает разведывательные движения оружием вперед	С шагом вперед и выпадом атака на левый бок с предварительным перехватыванием оружия тренера батманом в третью
27	Атакует уколom с переводом, иногда отходит назад при ответе ученика	Защита третья круговая и ответ уколom прямо; если тренер отходит, сделать с выпадом
28	То же, но от ответа защищается третьей и снова отвечает прямым уколom и после него берет третью	То же, но отвечает второй раз с переводом
29	Делает разведывательное движение и поочередно контратакует уколom или на руку, или бепет на ложное движение защиту и дает ответный удар	Ложная, очень короткая атака (почти на месте), имитирующая шаг и выпад и в зависимости от реакции тренера или сразу атака флешью, или перехват контратаки

		и атака в открытое место выпадам или флешью
30	Постепенно снижая темп, делает атакующие движения, следя за точностью защитных действий	Защищается и отвечает с максимальным вниманием к точности движений
31	Вызывает на атаку уколom с выпадам и проверяет точность положений	Делает спокойные атаки уколom с фиксацией конечных положений

В приведенных примерах, взятых из практики тренировок сильнейших советских и иностранных фехтовальщиков, количество повторений каждого приема или действия колеблется в пределах 8—20 раз, в зависимости от необходимости акцентировать внимание, на каком-либо или затруднительном, или наиболее желательно «излюбленном» приеме.

Кроме индивидуальных уроков, большое значение в тренировке техники и тактики фехтования имеют разного рода **упражнения с партнером**, и в частности такие, которые именуются **«контрами»**, или **условными атаками**. Эти упражнения могут проводиться после общей и специальной разминки перед индивидуальными уроками или после небольшого отдыха после них. Если они проводятся перед индивидуальным уроком, нужно прекратить их за 8—10 мин. до урока для того, чтобы фехтовальщик мог отдохнуть и подготовить — «настроить» себя на урок.

Упражнения с партнером могут иметь разный характер и направленность на преимущественное совершенствование техники, тактики или соревновательных боевых качеств.

Упражнения с партнером, имеющие, главным образом, техническую направленность, иногда называют техническими контрами.

В основном они содействуют развитию общей координации, совершенствованию техники владения оружием, быстроты выполнения приемов и действий, чувству ритма движений, элементарных дистанционных представлений. Они заключаются в большом количестве повторений приемов разной сложности и должны быть рекомендованы спортсменам всех категорий для самого широкого применения.

Парные технические упражнения рекомендуется выполнять несколько раз по 3—10 мин. в перерывах между боями, индивидуальными уроками и пр.

Стандартность движений и многократно повторяющиеся одинаковые движения быстро утомляют нервную систему, и через небольшой промежуток времени качество техники выполнения ухудшается, теряется острота ощущения оружия, времени и пространства. Вместе с тем применение этих упражнений в меру, наряду с другими, приносит пользу.

Весьма ценными средствами тренировки являются «контры», когда один из фехтовальщиков (обороняющийся) становится у стены, чтобы сделать невозможным отступление и отклонения тела назад, а другой — атакует с определенной дистанции (средней или дальней). Жесткие условия защитных действий (невозможность отхода) заставляют быстро развиваться защитные рефлексы, а обусловленность атак заставляет нападающего максимально концентрировать способности к скоростным усилиям и выбору момента атаки.

Упражнения в условных атаках могут выполняться не только у стены, а и на боевой дорожке (после боя), на которой обороняющийся имеет право отступать, делая только один шаг назад, а действия оружием выполнять без ограничения. Атакующий, также не обуславливая способа атаки, имеет право нападать с шагом вперед и выпадам, самостоятельно выбирая момент атаки.

Для развития и совершенствования наблюдательности, быстроты и точности зрительных и тактильных восприятий могут быть успешно использованы упражнения, называемые «рипо-стной игрой». Например: партнеры, стоя на ближней дистанции, поочередно пытаются наносить друг другу удары, защищаются от них и отвечают в различные части поражаемого пространства, постоянно изменяя направление ударов. Вначале эти движения делаются более широкими и замедленными, затем амплитуда сокращается и темп увеличивается до боевого. Постепенно темп убыстряется, включаются обманные движения, и «схватка» заканчивается тем, что одному из них удастся обыграть, обмануть противника и нанести ему удар (укол). Первые движения должны быть заметными и точными, чтобы по началу дать возможность фехтовальщикам сориентироваться, согласовать свою быстроту с действиями партнера, четко определять его и свои действия, ставя задачей нанесение удара (укола) **не за счет механической быстроты, а разумного обыгрывания лучшим «видением» и ведением оружия**. После того как один из фехтовальщиков получит удар, схватка приостанавливается для того, чтобы начаться снова до получения нового удара. В такой схватке должно быть не менее 6—8 защитно-ответных движений со стороны фехтовальщика, чтобы он имел возможность опробовать разные линии и поискать способы обмана противника. Такими упражнениями рекомендуется заниматься по 15—20 мин. в каждой тренировке.

В непосредственной близости к соревновательным действиям стоят **учебные бои**, в которых апробируются, воплощаются в практику и совершенствуются те приемы и навыки, ко-рые были приобретены в специальных упражнениях и индивидуальных уроках тренера. В учебных боях, кроме развития и совершенствования спортивно-технических качеств, развивается и совершенствуется «тактическое» мышление, созревает специфический характер спортсмена, вырабатывается индивидуальная манера — стиль фехтовальщика. Учебные бои проводятся с разными задачами и могут иметь специфическую направленность технического, тактического или боевого характера. Они называются учебными потому, что решают образовательные задачи, преследуют учебные цели. В них не должно быть напряжения, присущего официальным соревнованиям, которое исходит из стремления прежде всего победить. В этих боях фехтовальщики имеют возможность определить свои сильные и слабые стороны, чтобы в дальнейших упражнениях исправить обнаруженные ошибки, усилить наиболее действенные приемы, выработать свою индивидуальную манеру ведения боя. Цель такого боя — в изучении, а не в соревновании, и большую пользу из этих боев выносит тот, кто сумел лучше опробовать разные приемы и варианты действий, не обращая

ненужного в данный момент внимания на количество полученных или нанесенных ударов.

Фехтовальщик должен удовлетвориться тем, что он сумел провести именно те приемы, которые он наметил к освоению, почерпнул нечто новое или подкрепил старое, осуществил нужное, ранее не получавшееся движение. Здесь он учится маскировать свои действия, разведывать противника, навязывать ему свою волю, контролировать и регулировать свои эмоции, развивать фехтовальную «фантазию», учитывать действия противника и находить способы борьбы с ним. В учебных боях обретается уверенность и проходит необходимый «пусковой» период для каждого приема и действия.

Весьма полезны учебные бои, которые проводятся в значительно замедленном темпе. Они дают возможность к большему испытанию и развитию творческой фантазии фехтовальщика, которая совершенно необходима мастеру высокого класса. Эти бои проводятся примерно так же, как и указанные выше упражнения в «рипостной игре», но с применением всех видов передвижения и средств нападения, защит, контратак и других действий. Бои в замедленном темпе позволяют переключать скорость, делать задержки, проверять ощущения, внезапно переходить к максимальному скоростному выполнению и переключаться с одних действий на другие. Особенно необходимы такие бои тем, кто в соревнованиях излишне возбуждается, плохо управляет собой и не имеет достаточно развитого тактического мышления.

Чтобы удовлетворить естественное стремление фехтовальщиков к борьбе за результат в конце каждого учебного боя они проводят соревновательный бой на наибольшее количество ударов (в зависимости от нагрузки в учебном бою). Иногда это могут быть 2, а иногда 5 ударов. Кроме того, в тренировки следует включать и **соревновательные** бои, как средство специальной боевой подготовки спортсмена, где бои ведутся со стремлением добиться победы и обусловлены счетом ударов.

Время от времени включаются небольшие соревнования внутри данной группы занимающихся или с приглашением других фехтовальщиков. Такие соревнования помогают осуществить специальную тренировку с применением максимальных напряжений, способствуют развитию специальной выносливости и проверке турнирных возможностей фехтовальщиков.

Кроме перечисленных выше видов тренировочных упражнений, все фехтовальщики должны в каждом занятии не менее 20 мин. уделять специальным **упражнениям без противника и на подсобных снарядах**. Эти упражнения составляют специальную фехтовальную гимнастику и способствуют улучшению координации движений. Они помогают полностью сосредоточиться на самом механизме и деталях движений, так как над ними не довлеет необходимость следить еще и за противником.

Чем моложе фехтовальщики, тем более строгим и внимательным должен быть контроль за их работой. От этого зависит приобретение правильной техники и избежание ошибок, которые потом пагубно сказываются на росте фехтовальщика. Необходимо постоянно наблюдать и направлять тренировку молодого фехтовальщика, так как он еще не в состоянии достаточно сознательно и критически относиться к своим действиям и поступкам. У него не всегда хватает выдержки и самообладания, его легко захватывает спортивный азарт, желание победить любыми средствами, пренебрегая ради ложного самолюбия техническими, а иногда и этическими правилами.

Одной из важнейших задач является воспитание у фехтовальщиков способности и любви к самостоятельной сознательной тренировке, направленной на длительное совершенствование для достижения высоких и устойчивых результатов. Так, весьма важно воспитание правильного отношения к использованию всех средств тренировки в каждом тренировочном занятии. Многие фехтовальщики, если с ними не вести организованных групповых занятий, а проводить уроки в форме «свободных» занятий (как это бывает при тренировке спортсменов высших разрядов), почти полностью сводят тренировку к индивидуальным урокам тренера и проведению вольных боев, носящих часто ненужный соревновательный характер. Этого совершенно недостаточно, памятуя, что индивидуальные уроки и вольные бои не исчерпывают всех средств тренировки фехтовальщика.

При подборе средств и методов спортивно-технического совершенствования следует учитывать особенности нервной организации и психики фехтовальщиков. Имеющим тенденцию к ведению пассивного боя, не проявляющим инициативы в бою следует давать больше упражнений в активной, смелой подготовке нападения и в самих атаках. Широкое использование упражнений, форсирующих боевые действия, воспитывает активность и уверенность в своих силах. Атаки связаны с обязательным проявлением инициативы, активности и большими мышечными напряжениями, а следовательно, сильным возбуждением двигательных нервных центров. Это должно оказывать положительное влияние на подвижность нервных процессов, и особенно на силу возбудительных процессов.

Фехтовальщики, легко возбудимые, нуждаются в большем количестве упражнений, связанных с повышенными требованиями к точности движений. Упор на упражнения в защитных действиях здесь будет способствовать развитию выдержки и самообладания и воспитанию дисциплины поведения в бою. Эти обстоятельства заставляют обратить серьезное внимание на подбор партнеров для совместных упражнений.

В некоторых случаях полезно соединять активного и пассивного фехтовальщиков. Легко возбудимые обычно, быстрее утомляются, потому что затрачивают на движения больше энергии, чем это требуется. В то же время быстрота действий и возбудимость противника будут вызывать у пассивного партнера большее ответное возбуждение, чем упражнения с таким же пассивным партнером. Они в какой-то степени будут уравновешивать друг друга.

Дозировка и интенсивность упражнений во время тренировки должны регулироваться в зависимости от особенностей фехтовальщиков и характера упражнений. Если для легко возбудимых фехтовальщиков следует давать индивидуальные уроки с меньшей интенсивностью, но большей длительности (до 50—60 мин.), то флегматичным рекомендуются в ряде случаев два-три кратковременных урока (по 10—15 мин.), но с большим напряжением, с большой скоростью движений и быстрым изменением условий выполнения приемов.

Практика проведения тренировок со спортсменами, имеющими разные характеры, различную нервную организацию, позволяет утверждать, что систематические занятия спортом, построенные с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, могут оказать значительное влияние **на улучшение типа высшей нервной деятельности.**

Развитие и совершенствование физических качеств

Достижение высоких спортивных результатов возможно только при условии тщательной систематической работы над совершенствованием двигательного аппарата и физических качеств спортсмена.

Хорошо известна необходимость самого широкого использования упражнений, способствующих укреплению здоровья и развитию физических качеств спортсмена-фехтовальщика.

При обучении этим упражнениям разрешаются **общие оздоровительные задачи и задачи всестороннего физического развития.**

В результате начального обучения, которое мы определили длительностью примерно в один год, занимающиеся должны достигнуть некоторого общего уровня физической подготовленности, дающего базу **для дальнейшей дифференциации средств и методов тренировки.** Этот общий уровень определяется выполнением нормативных показателей комплекса ГТО, обязательных для каждого занимающегося. Сдача нормативов дает представление об общем уровне их физической подготовленности. Если состав занимающихся легко справляется с нормативами, следует разработать повышенные требования, стимулирующие постоянную работу над совершенствованием физических качеств.

Преподаватель должен тщательно изучить особенности своих учеников, чтобы определить наиболее подходящие вспомогательные средства в тренировке. Учитывая, что только фехтование не может обеспечить всесторонней физической подготовленности занимающихся, появляется необходимость проведения особых занятий специальными упражнениями и другими видами апорта. Эти занятия должны способствовать развитию основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости. Эти качества по-разному нужны представителям различных видов спорта и имеют свои специфические черты.

Развитие и совершенствование силы. Сила фехтовальщика должна обеспечить легкие, быстрые, внезапные перемещения на поле боя и точное управление (владение) оружием. Здесь уместно сказать, что быстрым быть нельзя, имея слабые мышцы. Особые требования должны быть предъявлены к развитию силы мышц, принимающих наибольшее участие в фехтовальных движениях. Так, большое внимание следует уделять развитию силы ног, и особенно четырехглавых мышц бедра, ягодичных и отводящих мышц, которые, главным образом, обеспечивают передвижения, выпады, быстрые и часто повторяющиеся посылы тела вперед и возвращение в боевую стойку. Не менее важно развитие силы мышц голени, обеспечивающих подвижность голеностопных суставов, а также мышц плечевого пояса и особенно предплечья для обеспечения свободного и точного управления оружием и мышц туловища для выполнения быстрых наклонов и выпрямлений для сохранения правильной позы гари быстрых рывковых движениях.

Ноги фехтовальщика занимают в боевой стойке несколько необычное положение, из которого должны осуществляться разнообразные шаги, скачки, выпады, возвращения в боевую стойку, броски. Ноги фехтовальщика должны обеспечить постоянство боевой стойки и способность к быстрым, мощным и многократно повторяемым перемещениям и их пресечениям.

Для развития силы ног рекомендуются упражнения:

- поднимание на носки, ходьба на носках, на пятках, на внешнем и внутреннем крае стопы;
- приседания с различным положением стопы — на носках, на всей ступне, в положении ноги врозь на различном расстоянии при параллельном и развернутом положении ступней;
- подскоки в положении приседов в различных направлениях и на выпрямленных и полусогнутых ногах, на одной и двух ногах с боковыми перескакиваниями с одной ноги на другую;
- различные упражнения в выпадах: из основной стойки, из боевой стойки, из полуприседа, из глубокого приседа, пружинные покачивания в выпадах с переносом тяжести тела попеременно с одной ноги на другую, переходы из выпада на правой ноге в выпад на левую и т. д., ходьба с полувыпадами и выпадами, с пружинным подниманием вверх и с сохранением горизонтального положения плеч, обращая внимание на полное выпрямление и толчок сзади стоящей ноги;
- прыжки на одной и двух ногах на месте и в движении, с переменой направления, с группировками разного вида;
- легкоатлетические прыжки: в длину с места; тройной и «пятерной», прыжки с места и небольшого разбега; прыжки в длину и высоту с места и разбега;
- приседания и резкие выпрямления с выскакиванием из глубокого приседа, а также приседания с грузом (гантели, гири, штанга, с товарищем на плечах, с сопротивлением и пр.).

Для развития силы и эластичности мышц плечевого пояса рекомендуются упражнения:

- кружение, вращение и взмахи руками в разных направлениях;
- движения типа ударов в боксе (прямые, сбоку, снизу);
- упражнения с сопротивлением партнера: переталкивание, перетягивание, «пилка дров», отягощение и сопротивление при распрямлении и сгибании рук и др.;
- упражнения с набивными мячами в метаниях, толканиях, одной и двумя руками с различными исходными положениями (спиной, лицом, боком к направлению метания);
- упражнения на гимнастических снарядах (скамья, стенка, лестница и др.).

Для развития силы и эластичности мышц предплечья рекомендуются:

- вращение кистей с разным положением пальцев;
- сжимание малого (резинового) мяча, вырывание этого мяча друг у друга;
- упражнения с гимнастической палкой одного или двух занимающихся: вращения, перехватывание пальцами по длине палки, вырывание, перетягивание на палках, держась одной или двумя руками, и пр.;
- упражнения с булавами разного типа, состоящие из вращений, кругов, махов и пр.

Развитие и совершенствование быстроты. Успешность финальных действий фехтовальщика в решающей степени зависит от того, насколько быстро они выполняются.

Мышечная работа при фехтовании, направленная на выполнение скоростного двигательного акта, подготавливается напряженной работой мозга. По этому поводу полезно привести высказывание В. В. Гориневского: «Такого рода движения характеризуются иногда не столько своей быстротой, сколько внезапностью. К ним мозг как бы подготавливает мышцы в течение более или менее продолжительного времени, посылая им постоянные импульсы; но пока не будет дан окончательный сигнал к движению, они ничем не обнаруживаются, почему состояние это и называется скрытым возбуждением.

В таком состоянии скрытого возбуждения находятся нервные центры и мышцы у кошки, которая поджидает мышь у ее норы: мышцы ее настолько подготовлены продолжительной работой мозга, посылающего к мышцам свои импульсы, что теперь движение — прыжок может совершиться уже с необыкновенной быстротой и отчетливостью» (В. В. Гориневский. Избранные произведения. Том I. ФиС, 1951. стр. 147—148.).

Образное сравнение В. В. Гориневского, сделанное несколько десятков лет назад, до сих пор справедливо с оговоркой на то, что в современном бою это «скрытое возбуждение», дающее затем взрывное скоростное действие, проходит на фоне постоянных перемещений и других подготавливающих действий и лишь иногда из статического положения.

Развитие и совершенствование специфической быстроты может происходить как в занятиях самим фехтованием, так и в специальных упражнениях.

Упражнения без оружия:

- рывки (старты) по 10—20 м из разных исходных положений: боевой стойки, низкого и высокого старта, из положения лежа, сидя, спиной к движению и пр.;
- бег в медленном темпе с короткими рывками по 5, 10, 15 м, повторяющимися через 20—25 м;
- скоростные движения руками, сопровождающиеся сжиманием и разжиманием пальцев (ударные движения, размахи, имитация спринтерского бега, удары боксера и пр.);
- скоростные движения ногами, имитирующие бег на месте и с незначительным продвижением вперед;
- рывки и скоростные движения на заранее обусловленный сигнал (жест, звук);
- различные рывки с доставанием или перехватыванием предметов, летящих с разной скоростью и разной высотой, выполняемые из разных стартовых положений (низкого, высокого, боевой стойки и др.), например: из низкого старта достать правой (левой) рукой выпускаемую с различной высоты перчатку; то же из положения боевой стойки; то же из передвижений в боевой стойке; из различного стартового положения, перехватывание мяча (перчатки, кольца с перчатки и пр.), бросаемого одним фехтовальщиком другому с разного расстояния и на разной высоте (при этом можно обуславливать, что перехват выполняется с выпадом, с броском, прыжком и пр.);
- соревнования на быстрейшее передвижение в положении боевой стойки шагами назад или вперед, выпадами (с закрыванием вперед), шагами вперед и выпадами, шагами вперед и выпадами с повторными движениями выпадом или броском и т. п.;
- соревнования на быстрейшее преодоление небольших расстояний — до 60 м (спринтерский бег, прыжками на одной и двух ногах и т. п.).

Упражнения с оружием:

- скоростное выполнение атак с выпадом, с шагом и выпадом, с различными предварительными перемещениями перед атакующим рывком, атаки броском, разного рода повторения, перемены направления и пр. Все эти движения заканчиваются поражением цели уколом или ударом по заданию тренера (рекомендуются фиксации конечного положения);
- выполнение атак с попаданием в летящий предмет (перчатка, мяч, кожаное кольцо и пр.);
- соревнования на быстроту выполнения и точность попадания в атаки, выполняемых за обусловленный отрезок времени (5—10 сек.) по мишени или чучелу.

Развитие и совершенствование выносливости. Здесь следует учитывать специфическую выносливость спортсменов, которым приходится сохранять свежесть, остроту восприятий и реакций на протяжении длительных и напряженных соревновательных боев.

Соревнования на одному из видов фехтования обычно проводятся в 2 дня, на протяжении которых спортсмены должны проводить по 20—25 боев. Если этим соревнованиям предшествуют командные встречи, то это количество боев удваивается и растягивается на 3—4 дня, на протяжении которых все время нужно проявлять способность к быстроте движений и реагирования. Переходя от ступени к ступени, напряжение боев возрастает, так как противники делаются все более опытными и подготовленными, борьба обостряется и становится более затяжной.

Каждый бой, проводимый с большим напряжением, сменяется отдыхом, в котором (психическое напряжение не всегда успевает прийти к норме и в некоторых случаях даже возрастает под влиянием ожидания боя с сильным противником. Если перерывы между боями затягиваются на значительное время, то после большого нервного возбуждения наступает спад его, который может иногда смениться состоянием апатии. Появляется необходимость снова привести организм в состояние боевой готовности. Это требует специальной разминки и психической

настройки, также отбирающих значительные силы. Наиболее мощные напряжения возникают в конечной стадии соревнований — в финале, когда фехтовальщику необходимо после всех усилий и волнений, пережитых в предварительных соревнованиях, показать наилучшую спортивную форму и проявить все возможности в борьбе за ведущее место в соревнованиях.

Трудно найти другой вид спорта, в котором есть такая острая необходимость на протяжении длительного времени поддерживать высокий тонус центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата.

Выносливость развивается сравнительно медленно, и поэтому она должна представлять предмет особого внимания тренера и спортсмена. Можно наблюдать, как молодые фехтовальщики, удачно пройдя предварительные ступени, к финалу «вдруг» начинают ощущать вялость, равнодушие к дальнейшему результату и не оправдывают надежд, которые они возбудили своими боями в предварительных соревнованиях. Такое же состояние наблюдается у мастеров фехтования, которые не вели систематической тренировки и выступали в соревнованиях недостаточно подготовленными.

Специальная выносливость должна базироваться на общей выносливости фехтовальщика, поэтому он должен применять упражнения, развивающие это качество, избегая, однако, чересчур длительных размеренных, плавных циклических движений без моментов интенсивных, скоростных мышечных сокращений. Таким движениям, как бег, плавание, ходьба на лыжах и т. д., следует придавать особый характер посредством чередования снижения скорости со скоростными рывками. Выносливость хорошо развивают спортивные игры, а также любые упражнения, в которых продолжительное время участвуют большие массивы мышц.

Специальная боевая и турнирная выносливость фехтовальщика наилучшим образом развивается в учебных боях и в соревнованиях любого порядка, начиная с учебных и кончая официальными. Развитию специализированной мышечной выносливости содействуют все упражнения в многократном и длительном выполнении фехтовальных приемов. Мощным средством развития выносливости могут быть индивидуальные уроки при условии их длительности и интенсивности.

Развитие и совершенствование ловкости. Движения в фехтовании совершенно не похожи на те, с которыми приходится встречаться в обычной жизни. Они отличаются разнообразием, аритмичностью и ациклическостью. Особое условие — борьба с помощью оружия — заставляет отнести фехтование к видам спорта повышенной технической сложности.

Фехтовальщику все время приходится производить разнообразные движения, при которых **отдельные части тела должны двигаться с разной скоростью и в разных направлениях**. Так, при защитно-ответных действиях или при действиях «в темп» следует одновременно с **отходом назад** при **неизменном** положении тела совершать значительное **движение вперед руки с оружием**; профильное положение тела в боевой стойке и расположение ног на одной линии повышают требования к сохранению равновесия при большой скорости движения.

Во время боя ничего не повторяется, много неожиданного, и, несмотря на это, фехтовальщик должен всегда сохранять удобное положение ног и тела для перехода от одних действий к другим, для быстрых и точных движений оружием. Все это обязывает считать ловкость одним из наиболее важных качеств фехтовальщика, в котором как бы объединяются все остальные.

Для **развития и совершенствования ловкости** могут быть рекомендованы упражнения самого фехтования и в других видах спорта, а именно:

- подвижные и спортивные игры с мячом;
- упражнения в жонглировании малыми мячами, булавами, набивными мячами небольшого веса;
- перебрасывание, перехватывание, ловля разными способами мячей и других предметов;
- балансирование на уменьшенной площади опоры (гимнастическое бревно, рейка гимнастической скамьи и пр.) с выполнением разных упражнений, соревнований в сбивании и т. п.;
- игры-соревнования, связанные с необходимостью соблюдать равновесие и одновременно делать разные движения и бороться с противником: «петушиный бой», «бой мячиков», сбивание с уменьшенной площади опоры при различных положениях ног: ударом руки, стоя в положении боевой стойки на рейке гимнастической скамьи или бревне; сбивание руками при расположении ног на одной линии (одна за другой) и т. п.
- комбинированные эстафеты, включающие бег, прыжки, лазание, лерелезание, ползание и подползание, переноску предметов и пр.;
- элементарные акробатические прыжки (кувырки, перекаты, перевороты с разными группировками и направлениями);
- вольные упражнения с большим количеством разных элементов для совершенствования координации;
- разные виды простой борьбы: «вытащи из круга», «поверни кругом», «оторви от земли», перетягивания, переталкивания при одностороннем и двустороннем хвате партнеров и пр.

Кроме этих и других упражнений, проводимых в занятиях фехтованием, следует широко использовать дополнительные занятия другими видами спорта, и в первую очередь такими, которые содействуют развитию ловкости (баскетбол, хоккей, футбол, слалом, фигурное катание на коньках, прыжки и метания в легкой атлетике и т. п.).

Развитие и совершенствование гибкости. В фехтовании гибкость способствует значительному удлинению всех движений и выполнению их с большой амплитудой. С гибкостью в фехтовании связано весьма важное специфическое понятие — «растянутость». Под растянутостью мы понимаем способность к максимальному использованию эластичности мышц, связок и подвижности суставов, чтобы доставать противника с наибольшего расстояния и по возможности не приближаясь к нему телом. Это умеют делать далеко не все фехтовальщики. Часто можно видеть, как фехтовальщик небольшого роста способен доставать своего значительно более высокого противника, который не может использовать длину своих рычагов, так как не обладает гибкостью.

Можно рекомендовать некоторые специфические упражнения помимо тех, которые часто применяются во

всех видах спорта:

- при широко расставленных ногах переходы в положение низкого седа на одну ногу при выпрямленном положении другой, стараясь достать задней поверхностью бедра до икры;
- пружинные покачивания в выпадах, стараясь достать бедром до пятки впереди стоящей ноги;
- максимально длинные выпады из низкого приседа, попеременно в одну и другую сторону;
- смещение верхней части тела вправо и (влево попеременно и по несколько раз в одну сторону с одновременной попыткой достать пальцем или рукой дальнюю точку;
- доставание оружием цели на возможно более далеком расстоянии до нее;
- различные упражнения с расслаблением, при которых обращается внимание на «удлинение» расслабляемой руки, плеча, ноги;
- специальные упражнения с оружием во всех видах фехтования на растягивание движений укола (удара): сделать укол или удар прямо и, после того как рука с оружием будет вытянута, постараться еще удлинить движение, не наклоняясь вперед и максимально расслабляя плечо (дельтовидную мышцу), потом еще постараться удлинить движение и мягко сократить до положения боевой позиции;
- то же упражнение, но с максимальной тягой всего туловища на укол или удар; следить, чтобы эта добавка была только после полного вытягивания одной руки и не нарушала бы горизонтальности плечевого пояса;
- многократное повторение выпадов с максимально далекого расстояния до цели; с расстояния, когда бывает нужно «подъехать» назади стоящей ноге (держа ее на всем следе).

Указания к проведению упражнений для развития и совершенствования физических качеств

Физические качества фехтовальщика развиваются в тесной взаимосвязи. Каждое упражнение в какой-то степени влияет на развитие всех качеств. Так, упражнения, способствующие развитию силы, одновременно содействуют развитию быстроты, которая связана с силой мышц; упражнения в ловкости, как, например, рекомендуемые игры, одновременно развивают и выносливость, и быстроту, и силу, и гибкость и т. д.

Упражнения для развития физических качеств и занятия другими видами спорта улучшают и общее состояние здоровья, увеличивают работоспособность, совершенствуют координационные механизмы, создают большой фонд разнообразных двигательных навыков и тем самым содействуют усвоению фехтовальной техники и быстрейшему достижению успеха в фехтовании. Следует подбирать упражнения так, чтобы они содействовали развитию физических качеств в **специфическом для фехтовальщика направлении**. При развитии силы нельзя злоупотреблять упражнениями, связанными с максимальными статическими напряжениями (тяжелые гантели, штанга с большим весом, гимнастические упражнения силового характера на снарядах и игр), так как они могут помешать развитию эластичности мышц, тонкости мышечных ощущений и легкости движений.

Применяя упражнения, направленные на развитие быстроты, нельзя все время добиваться только механической скорости движений. Применение упражнений, имеющих только максимальный темп, может оказать отрицательное влияние на способность фехтовальщика произвольно изменять ритм движений. Используя упражнения на быстроту, следует менять первоначально заданный темп движений, направление скоростного усилия и пр.

Упражнения для развития выносливости должны соответствовать возможностям фехтовальщика. Применение максимальных нагрузок в фехтовании должно использоваться с соблюдением определенной осторожности.

Фехтование оказывает острое возбуждающее влияние на центральную нервную систему и связано с сильными эмоциями, которые часто не дают возможности объективно оценить свое состояние и затрудняют вовремя определять степень утомления, что нередко ведет к переутомлению. Дозировка упражнений, и особенно длительных и повторяющихся боев, должна быть строго регламентирована тренером.

Тренирующиеся фехтовальщики могут иметь значительные отличия в развитии своих личных индивидуальных качеств. Одни могут нуждаться в большом количестве упражнений на развитие быстроты, другие — силы, недостаток которой лишает их быстроты в выполнении приемов, третьи недостаточно выносливы и «не дотягивают» соревнований и т. п.

Все это заставляет быть внимательным в выборе средств для развития физических качеств и места этих средств в различные тренировочные периоды.

Большое значение имеют **специальные занятия**, направленные на развитие и совершенствование физических качеств, которые должны строиться по общему или индивидуальному плану в определенные периоды тренировки и проводиться так же организованно, как и занятия фехтованием. Их можно проводить в спортивном зале, на спортивной площадке или на местности. Проводя занятия на стадионе, где используются преимущественно средства легкой атлетики и спортивных игр, следует распределить тренирующихся по группам с примерно **одинаковыми характерными особенностями** и затем соответственно акцентировать упражнения. Некоторым фехтовальщикам следует назначать специальные занятия другими видами спорта, прикрепляя их на определенный период к соответствующим спортивным секциям. Прикрепление к другим секциям нужно согласовывать со специалистом тренером, ведущим занятия, разъясняя, какую цель преследует это мероприятие.

Необходимо широко использовать индивидуальные задания для самостоятельной работы фехтовальщиков, которая выполняется ими чаще всего во время утренней гимнастики. Отметим, что если для новичка утренняя гимнастика имеет значение «зарядки», решающей, главным образом, гигиенические задачи, то ежедневная утренняя гимнастика квалифицированного спортсмена, кроме того, еще решает задачи специальной подготовки. Время на ежедневную гимнастику может колебаться от 30 до 60 мин. В нее должны входить также и упражнения

специальной направленности на развитие и совершенствование определенных «отстающих» качеств.

Регулярные занятия специальными физическими упражнениями увеличивают двигательный опыт спортсмена, повышают «движенческую» культуру, обостряют и улучшают точность рефлексов и делают фехтовальщика более способным к овладению вершинами мастерства.

Воспитание моральных и волевых качеств

На пути к достижению мастерства в фехтовании необходимо преодолевать многочисленные и разнохарактерные трудности. Преодоление этих трудностей невозможно без хорошо развитых волевых качеств. Две стороны фехтования — тренировка и соревнования развивают и опираются на разные волевые качества. В тренировке решающее значение имеют: настойчивость, упорство, целеустремленность, трудолюбие, уверенность в достижении далекой цели; в соревнованиях — самообладание, инициативность, настойчивость, целеустремленность, уверенность в полном проявлении своих возможностей. Все эти качества развиваются в процессе правильно поставленной тренировки и участия в соревнованиях. Тем не менее развитие этих качеств в большой степени зависит от характера всего учебно-тренировочного процесса. Решающее значение здесь имеет требовательность преподавателя к ученику и ученика к самому себе. В чрезвычайно острой и напряженной борьбе на фехтовальной дорожке необходимо показать отличную психическую подготовленность, моральную и волевою зрелость, которые имеют решающее влияние на ход и окончательный результат боя и целого соревнования. Моральная и волевая подготовленность выражается в способности проявить максимум индивидуальных возможностей в условиях ответственных соревнований, в которых фехтовальщик несет полную личную ответственность за каждый прием, за каждое действие. Из двух равных по технической подготовленности и боевому опыту спортсменов побеждает тот, у кого крепче воля, больше целенаправленности, смелости и ответственности, тот, у кого лучше развиты и более совершенны психические качества.

Как и в других видах спорта, связанных с единоборством, личность спортсмена и его спортивная подготовленность раскрываются полностью в соревнованиях, которые требуют мобилизации всех сил (рис. 231). Ответственность в соревновании по-разному влияет на фехтовальщиков. В наиболее острых, напряженных моментах некоторые фехтовальщики оказываются неустойчивыми, безвольными, теряющими те положительные качества, которые они демонстрировали в «местных» условиях, где ответственность была меньшей, а противники более слабыми или давно известными. О том, что моральные и волевые качества развиваются и совершенствуются в процессе длительной тренировки, в процессе накопления боевого опыта и боевой «закалки», говорят примеры, когда молодые фехтовальщики, уже имеющие отличную спортивно-техническую и тактическую подготовленность, не в состоянии противопоставить себя более опытным и закаленным в ряде ответственных соревнований спортсменам. Это, однако, не означает, что фехтовальщики развивают и совершенствуют свои волевые качества только в ответственных соревнованиях. Так можно прийти к неверной мысли о невозможности для молодых спортсменов показать высокий результат без длительного спортивного стажа, исчисляемого многими годами.

Такой точки зрения еще до сего времени придерживаются некоторые зарубежные тренеры, склонные считать фехтовальщика с 5-летним стажем чуть ли не «зеленым» новичком. Это свидетельствует о недостатках в методике обучения и тренировке, где осуществляется, главным образом, одно техническое натаскивание и очень мало обращается внимания на формирование психики спортсмена, которое предоставляется самотеку и личным «талантам» занимающихся.

Работа над совершенствованием морально-волевых качеств должна значительно сократить период формирования спортсмена и открыть более широкие возможности к быстрому достижению высоких результатов. Ряд примеров может подтвердить это положение бесспорным образом. Так, чемпионкой мира в 1956 г. стала 19-летняя венгерская фехтовальщица Л. Демольки; в 1957 г. блестящей победы добилась советская фехтовальщица 20-летняя москвичка Александра Забелина, первая из русских в истории мирового фехтования ставшая чемпионкой мира среди женщин. Чемпионом мира по рапире среди мужчин в 1950 г. стал 19-летний француз К. д'Ориоля, а в 1957 г. 20-летний венгр М. Фюлёп. Эти и другие примеры показывают, что при правильной работе фехтовальщиков, над развитием всех сторон спортивной деятельности достижение высоких спортивных результатов возможно в молодом возрасте.

Наиболее существенными из психических качеств для фехтовальщика следует считать: инициативность, уверенность, самообладание, целеустремленность, волю к победе, спортивное трудолюбие.

Воспитание и совершенствование инициативы. Захват инициативы в бою представляет основную заботу фехтовальщика, а претворение ее в практику соревнования гарантирует проявление всех своих возможностей и успех.

К воспитанию инициативности следует приступать с самого начала обучения, продолжать и форсировать при тренировке, никогда не забывая об этом, наиболее важном из психических качеств человека. С этой целью фехтовальщики должны получать возможно больше самостоятельности в решении поставленных тренером задач и активно участвовать в учебно-тренировочном процессе. Мы не случайно считаем это качество основным, так как все остальные могут проявляться в полной мере только при хорошо развитой инициативе. Как известно, инициативность развивается в любой деятельности, требующей постоянного самостоятельного и творческого решения возникающих вопросов.

Инициативность как черта характера человека должна быть основой и специальной боевой инициативности фехтовальщика. Боевая инициативность развивается прежде всего в боях, где фехтовальщик в своей деятельности всецело предоставлен самому себе. Однако не всякое ведение боя развивает инициативность. Для развития этого

качества необходимо воспитывать в фехтовальщике стремление управлять действиями противника. Стремление это нужно ставить в задание в бою да, кроме того, развивать его посредством специальных упражнений, в которых фехтовальщик своими действиями должен создавать выгодную обстановку для совершения всякого рода атак и защитных действий от спровоцированного нападения противника.

Для развития и совершенствования инициативы можно рекомендовать такие методические приемы и средства:

- решение тактических и технических задач, поставленных тренером для проведения упражнений с партнером;
- учебные бои, в которых ставится задание на выполнение определенных приемов и действий (маскировка, подготовка атак, вызовы и действия из них, маневрирования, захват дистанции для атак и контратак, выигрыш территории и пр.);
- учебные бои с тренером — уроки вольного боя, где тренер создает условия для поощрения активности и инициативы фехтовальщика;
- упражнения в контрах (у стены) и в других условных атаках, при которых фехтовальщики выполняют атаки без соединения;
- соревновательные бои всех видов в товарищеских и календарных турнирах.

Воспитание уверенности в своих силах. Уверенность фехтовальщика в своих силах позволяет действовать в бою более решительно и смело, проявлять инициативу и активность. Уверенность развивается и совершенствуется в процессе овладения прочными техническими и тактическими навыками и приобретения опыта боев в соревнованиях с разными противниками. Уверенность дает определенность действиям и помогает созданию индивидуального стиля. Уверенность необходима не только в бою, но и в тренировочных занятиях, которым она придает целенаправленность. Только обладая уверенностью, можно ставить себе определенные цели на ближайшее время и в многолетнем планировании спортивного совершенствования.

Фехтовальщик должен видеть результат тренировки, уметь объективно оценивать свои знания в фехтовании, знать, над чем ему нужно работать каждое занятие, видеть рост спортивного мастерства в процессе тренировочной работы.

Одним из неперенных условий приобретения уверенности в своих силах является ощущение хорошего физического состояния и технической подготовленности, которые поэтому нужно все время улучшать.

В процессе накопления и совершенствования спортивного мастерства часто возникают сомнения, которые могут лишить спортсмена веры в успех своих занятий и помешать достижению мастерства. Эти сомнения появляются под влиянием разных трудностей, которые возникают при овладении техникой и тактикой фехтования, образования устойчивых ошибок, неудачных выступлений на соревнованиях и при других обстоятельствах. Тренер должен умело направлять своих учеников, чтобы эти моменты не лишали их уверенности в силах и не привели к угнетенному состоянию.

Развивая у фехтовальщиков уверенность к себе в достижении цели, нужно руководствоваться принципами доступности, последовательности и систематичности, укрепляя с помощью специальных средств и методов веру в возможность достижения высокого результата, несмотря на временные неудачи и срывы.

Воспитание уверенности осуществляется:

- проведением специальных бесед с фехтовальщиками, в которых ставятся ясные цели на периоды тренировки, разбираются и оцениваются результаты соревнований, определяются пути и методы устранения недостатков, даются специальные задания для самостоятельной работы;
- постоянным совершенствованием техники выполнения основных приемов и подтверждения их действенности в различных упражнениях с партнером, учебных и вольных боях, участии в доступных соревнованиях;
- накоплением опыта боев в ответственных соревнованиях и постоянной работой над спортивным мастерством.

Воспитание самообладания. Фехтовальщики, не имеющие достаточных выдержки и самообладания, легко теряют чувство боя, теряют способность к острой наблюдательности за действиями противника и под влиянием возникающих отрицательных эмоций, излишней возбужденности или подавленности отдают преимущество, несмотря на равенство, а иногда и более сильную спортивную подготовленность.

Фехтовальщики, не имеющие самообладания, могут и при преимуществе в бою прийти в состояние растерянности под влиянием показавшегося им неправильного решения судьи в соревнованиях.

Соревнования дают яркие примеры зависимости результата от выдержки и самообладания. Не имея достаточно воспитанного самообладания и выдержки, спортсмены легко переходят от излишней самоуверенности к растерянности и неверию в свои силы, а при встрече с сильным противником, если обстоятельство складываются не в их пользу, быстро прекращают сопротивление. Самообладание развивается и совершенствуется в процессе систематической, сознательной и хорошо организованной тренировки и соревнований, в которых правильно решаются воспитательные задачи.

Для воспитания самообладания можно рекомендовать:

- организацию бесед и лекций о моральном облике спортсмена, о значении самообладания и других моральных качеств советского человека;
- настойчивую требовательность в точном выполнении заданий по тренировке в технике и тактике фехтования;
- разборы боев с демонстрацией примеров влияния хорошего и плохого самообладания;
- систематическое участие в разных соревнованиях (учебных и официальных);

- проведение боев с выполнением заданий на изменение плана боя и активности в разных частях боя (например: первую половину боя вести с максимальной активностью, вторую — преимущественно в защитной манере; первую половину вести вполсилы, вторую половину резко активизировать и стараться выиграть с преимуществом).

Воспитание целеустремленности. Целеустремленность спортсмена воспитывается в разрешении правильно поставленных задач, общих для длительного периода многолетней тренировки и конкретных та определенных ближайших периоды.

Разъяснительная работа по вопросам воспитания и тренировки должна быть направлена на настойчивую борьбу с недостатками, повышение спортивно-технической подготовки, преодоление трудностей, возникающих в тренировке, на постоянное стремление к достижению все более высоких результатов.

Целеустремленность в выполнении задач совершенствования позволяет фехтовальщикам объективно оценивать успехи и неудачи каждого периода тренировочной работы и делать правильные выводы для дальнейшей тренировки.

Для воспитания целеустремленности могут быть использованы:

- постановка конкретных задач на достижение определенных результатов (к концу года добиться выполнения требований следующего спортивного разряда, войти в состав сборной команды, выйти в финал предстоящих соревнований и пр.);
- постановка задач на тренировку и достижение определенного успеха в каких-либо действиях, на ликвидацию ошибок, на развитие того или иного физического качества;
- разбор результатов соревнований, учитывая их положительные и отрицательные данные, и постановка задач на последующую тренировку;
- составление личных планов тренировки на годичное совершенствование и на отдельные периоды;
- постановка заданий на достижение определенных показателей в других видах апорта (в прыжках в длину, в высоту, в тройном, в спринтерском беге, в толкании ядра и пр.).

Воспитание воли к победе. Воля к победе собирает воедино все возможности спортсмена для достижения успеха в данном бою или в целом соревновании. Воля к победе выражается в умении проявить максимум сил в самых ответственных соревнованиях, невзирая на тяжелые условия боев, неудачи, которые могут встретиться по пути к победе, утомление и всякие другие затруднения. Успешное проявление воли к победе обусловливается хорошим спортивным мастерством, отличной физической подготовленностью и хорошим состоянием психики спортсмена фехтовальщика. Каждое большое соревнование дает много примеров, свидетельствующих о первостепенном значении воли к победе в спортивной деятельности.

Для воспитания воли могут быть рекомендованы:

- систематическая интенсивная тренировочная работа, подчиненная строгой трудовой дисциплине и спортивному режиму, который накладывает обязательства на всю жизнь спортсмена-фехтовальщика;
- большое количество упражнений в учебных и соревновательных боях со специальными заданиями на захват инициативы, навязывание своей тактики, на большое количество инициативных действий, на подавление воли противника;
- систематическое участие в соревнованиях, имеющих разную систему зачета (выбывание после одного проигрыша, бои на один удар (укол), соревнования с гандикапом, командные соревнования и пр.).

Воспитание спортивного трудолюбия. Все качества фехтовальщика: спортивно-технические, физические и психические — могут быть развиты и усовершенствованы только в результате настойчивого и систематического труда. Часто можно наблюдать спортсменов, которые на протяжении нескольких спортивных сезонов остаются на одном уровне или даже снижают результаты и не оправдывают тех надежд, которые они возбудили своими ранними выступлениями. Главная причина застоя и снижения результатов почти всегда заключается в отсутствии трудолюбия. Спортивное трудолюбие — одно из самых решающих и всеобъемлющих качеств спортсмена, без которого невозможно достижение спортивного мастерства. В настоящее время уровень спортивной подготовки во всех видах спорта поднялся настолько высоко, что без специальной и повседневной работы над собой, над гармоническим развитием всех сторон деятельности успехи невозможны. Для фехтовальщиков высших разрядов стало правилом проведение пяти-шестиразовых тренировок в неделю, а некоторые фехтовальщики тренируются и по два раза в день.

Только трудолюбие может обеспечить полноценную самостоятельную работу фехтовальщика над собой, без которой невозможны достижения в спорте. Необходимо использование всех видов упражнений и средств, выполнение всех заданий тренера, как бы они ни были затруднительны (исправление ошибок, шлифовка деталей техники, работа над изменением стиля и пр.).

Указания к проведению работы по воспитанию и развитию психических качеств

Лучшим средством для воспитания психических качеств спортсмена служат регулярные и всесторонние занятия на протяжении всего года, подчиненные определенным строгим правилам. Наблюдения за спортивной деятельностью фехтовальщиков и других спортсменов показывают, что в результате спортивной тренировки и систематического участия в различных соревнованиях образуются новые черты характера, улучшается тип высшей нервной деятельности, появляется новое, более совершенное состояние психики. В длительной, систематически и продуманно проводимой воспитательной и тренировочной работе развиваются важнейшие психические качества, настойчивость в преодолении трудностей, вырабатывается привычка к регулярному труду, улучшается способность к самоконтролю, исправлению ошибок.

Главным условием для улучшения психического состояния во время боя является совершенное владение техникой фехтования, которое дает уверенность в своих силах, позволяет создавать сложные ситуации боя, неудобные для противника, позволяет подавлять противника своим техническим преимуществом. Фехтовальщик, имеющий прочные технические навыки, получает возможность восстановить пошатнувшуюся уверенность в своих силах, если в соревнованиях он «потеряет» временно «чувство боя». В этих случаях прочно установившаяся техническая подготовленность оказывает неоценимые услуги. И, наоборот, фехтовальщику, который, рассчитывая на «интуицию», излишне надеется на свои волевые качества, при встрече с не менее волевым и опытным противником, обладающим лучшей техникой боя, нечего будет противопоставлять.

Хорошее состояние психики возможно только при условии хорошего общего состояния организма. Здоровому, тренированному, сильному, выносливому и ловкому спортсмену присущи радостное стремление к борьбе и пробе сил, к активной деятельности и преодолению трудностей, связанных с ней. К воспитанию и развитию моральных и волевых качеств приступают с самого начала обучения и проводят руководствуясь основными педагогическими принципами. Эти принципы сохраняют свое значение и в тренировочной работе с фехтовальщиками /старших разрядов. Для воспитания психических качеств решающее значение имеет правильное использование в тренировочном процессе разных соревновательных упражнений и приобретение опыта в систематических соревнованиях, которые дают специальную боевую «закалку» психических качеств. Чем большее количество соревнований на счету у фехтовальщика, тем лучше развиваются у него волевые качества, расширяется кругозор тактического мышления, накапливается опыт ведения боев с разными противниками.

Не всегда соревнования дают положительный опыт. Они могут быть средством положительного развития психических качеств только при условии соответственной подготовленности фехтовальщика к ведению напряженной борьбы. Не обязательно требовать от каждого соревнования показа максимального результата. Соревнования должны служить также средством проверки подготовленности за определенный период тренировочной работы, за который еще могло быть не достигнуто состояние высшей спортивной формы, и средством специальной подготовки к перенесению максимальных нагрузок в ответственных соревнованиях. Тренер обязан ориентировать фехтовальщика на длительное совершенствование, на продолжительный и постепенный спортивный рост, разъяснять значение соревнований в развитии его психических качеств.

Соревнования должны ставить перед фехтовальщиком серьезные для его спортивной силы и уровня тренированности задачи, не занижая и не завышая их. Нельзя допускать, чтобы фехтовальщик брал на себя обязательства, которые он не в состоянии выполнить. Это может нанести значительный ущерб и отрицательно повлиять на его дальнейшую тренировку.

В подготовке фехтовальщика важную роль играет правильное направление воспитательной работы. Особое значение следует придавать воспитанию сознательности и объективности в оценке своих достижений, своей работы и сил противников. Перед каждым соревнованием ранее поставленные цели должны уточняться, и задания на достижение результата должны конкретизироваться тренером в соответствии с реальными возможностями спортсмена.

Молодые фехтовальщики часто показывают в соревнованиях неустойчивые результаты, и это явление можно считать своеобразной закономерностью как следствие не установившейся еще психики. Нельзя обнадеживать фехтовальщиков в быстром достижении высоких спортивных результатов в ближайших соревнованиях. Они должны уже с первых шагов нацеливаться на длительный процесс тренировки, в котором достигаются постепенный рост и устойчивые результаты. Достижения, показанные в юношеском возрасте, конечно, дают возможность судить о способностях спортсмена, однако главным условием успеха является настойчивая и длительная работа над спортивным совершенствованием. Чем выше квалификация фехтовальщиков, тем более строгие требования к ним следует предъявлять и тем внимательнее они должны относиться к своей тренировке и участию в соревнованиях.

Перспективное планирование тренировки с определением дальних и ближайших задач дает возможность проводить систематическую воспитательную работу, делать правильные выводы из отдельных выступлений на соревнованиях, своевременно принимать меры к устранению недостатков и постоянно видеть новую ближайшую цель.

В фехтовании влияние тренера на учеников, пожалуй, большее, чем в других видах спорта. Это обусловливается особенностью тренировочной работы, в которой одно из важнейших мест занимает индивидуальная работа тренера с учеником (индивидуальные уроки, индивидуальные задания, личные беседы), требующая глубокого взаимопонимания.

Из индивидуального урока влияние переносится и на всю тренировочную работу. Тренер должен направлять и другие виды деятельности фехтовальщиков, знать особенности их быта, производственной работы, учебы, режима. В тренировочной работе нельзя допускать попустительства, которое может разлагающе действовать на спортсмена и не принесет никакой пользы его волевым и моральным качествам. Следует помнить, что, говоря о воспитании и совершенствовании моральных и волевых качеств, мы имеем в виду формирование характера спортсмена.

В тренировочной работе следует руководствоваться общепринятыми педагогическими и физиологическими принципами, которыми являются постепенность в повышении нагрузки, по-вторность упражнений, применение максимальных нагрузок и индивидуальный подход к занимающимся. Чтобы правильно осуществлять спортивную подготовку и воспитание фехтовальщиков, тренер должен постоянно заботиться о повышении уровня своих специальных и политических знаний, расширять свой кругозор по общеобразовательным предметам, показывать образцы честного отношения к работе и личного поведения. Он должен быть всегда в курсе последних достижений в теории и методике тренировки, в вопросах специальной подготовки и последних спортивных событий по

фехтованию.

Постоянной заботой тренера должно быть создание дружного коллектива, объединенного общей задачей — повышения подготовленности для достижения высших результатов и поднятия общего уровня советского фехтования.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Несмотря на то, что тактическая подготовка фехтовальщика пронизывает почти все фехтовальные упражнения, не говоря уже о соревнованиях, о ней все же следует иметь представление как об определенной, вполне обозримой стороне тренировки. Необходимость такого представления становится особенно ощутимой для тренера в тех многочисленных случаях, когда ученик, хорошо осваивая технику, достигает в ней уровня фехтовальщика высокого разряда, оставаясь при этом совершенно беспомощным в условиях боя.

Изучающие фехтование обыкновенно впервые получают начальные знания о тактике в беседах или лекциях. В дальнейшем они при изучении фехтовальной техники начинают уже на практике понимать ее содержание, так как выполнению каждого приема предшествует осознание пригодности данной боевой ситуации к его применению. Этот процесс освоения тактики ускоряется тактическими обоснованиями преподавателя при обучении каждому новому приему. Наилучшей практической школой тактики является, конечно, сам бой. Однако было бы неверным пускать освоение тактического искусства на самотек, т. е. предоставлять ученикам возможность тренироваться в ведении боя, не направляя при этом их внимания и усилий на разрешение отдельных тактических вопросов и не обогащая их соответствующими знаниями. От активного педагогического вмешательства тренера в освоение учениками тактики ведения боя в большой степени зависит уровень спортивного мастерства, которого они достигнут. Тренер должен воспитать любовь и вкус к фехтованию не только как к скоростным сложным и изящным упражнениям, а как к сложной игре ума, чувств и воли, и, если это ему удастся, тогда можно сказать, что он сделал главное, что есть в методике обучения тактике. Обучение технике и тактике разрешается комплексно почти в каждом парном упражнении. Но эта комплексность должна быть подвижной, т. е. с перемещениями акцента, когда это требуется, то на одну, то на другую сторону фехтования. Первые несколько занятий, например, должны быть чисто технического направления, но уже с изучения простых атак начинает свое параллельное сосуществование и тактическая линия, которая по мере продвижения ученика к спортивному мастерству становится все мощнее и мощнее. В период овладения техникой основных приемов фехтования в занятиях преобладает изучение техники, которая уже становится неотделимой от освоения элементарных тактических умений и навыков. В дальнейшем, когда ученик приобретает технический фундамент, всякое техническое совершенствование должно проходить на тактическом фоне и притом осознаваемом обучаемым. Это будут упражнения, в которых впервые ученик вынужден распределять свое внимание на две заботы: как выполнить и когда выполнить. (В дальнейшем прибавится необходимость решать, что выполнить.) Здесь, как почти во всех фехтовальных упражнениях, возникает синтез технического и тактического обучения, потому что забота о качественном выполнении приемов на фоне распределенного внимания является необходимым условием автоматизации технических навыков. Обобщая эту мысль, следует прийти к выводу, что любое упражнение тактической направленности, в котором ученик и тренер обращают внимание и на качество выполнения, является упражнением, совершенствующим технику.

Здесь на этом уровне уже возникает необходимость в упражнениях преимущественно тактического направления, а далее — упражнениях чисто тактических. Соотношение упражнений с той или иной направленностью в обучении и тренировке фехтовальщиков старших разрядов должно зависеть от индивидуальных особенностей молодых спортсменов и периода тренировки.

Обучение тактике независимо от того, слито оно воедино с технической подготовкой или нет, должно состоять из последовательного освоения фехтовальщиками следующих тактических качеств и умений: 1) специальная наблюдательность, т. е. умение видеть в противнике нужное в боевом отношении; 2) умение делать правильно и быстро выводы из наблюденного, т. е. ориентировка в фактической и психологической обстановке, которая складывается из: а) активного и пассивного выбора момента для решающего действия; б) активного и пассивного выбора приема для этого действия; в) сочетания выбора момента и приема; г) выбора времени для осуществления задуманного действия; д) понимания смысла движения; е) понимания намерений противника на основании видимых проявлений; ж) понимания намерений противника без каких бы то ни было внешних проявлений их; з) умения обманывать противника, и в частности: разведывать, маскировать, вызывать, подавлять инициативу. Почти все упражнения в боевой ориентировке заключают в себе момент произвольного выбора, поэтому есть основание обобщенно называть их упражнениями с выбором. Обязателен в этих упражнениях заданный тактический осто́в, в пределах которого осуществляются выбираемые действия. Элементарные тактические упражнения могут усложняться, но не должны переходить в урок вольного боя, имеющий более обобщенную педагогическую задачу, нежели упражнения тактического направления, подчиненные принципу аналитического выделения определенного момента. Усложнение упражнений может идти по трем направлениям: 1) техническое усложнение обязательных движений и выбираемых действий; 2) увеличение выбора, т. е. количества заданных возможных действий; 3) уменьшение технической конкретности или полное снятие ее в отдельных частях упражнения или во всем; 4) снижение наглядности, явственности выражения действий, на которые нужно реагировать при выборе.

Развитие наблюдательности. Тактическая зоркость, или наблюдательность, — одно из проявлений тактического мышления, поскольку она базируется на понимании движений противника как актов борьбы, так и знаков определенных боевых намерений и состояний противника.

Первым условием развития наблюдательности служит установка фехтовальщика во время учебного и соревновательного боя на обыгрывание действий противника, что невозможно без пристального наблюдения за ним. Эта установка должна внушаться обучаемым тренером. Однако использование только этого, если можно так выразиться, естественного пути развития наблюдательности бывает часто недостаточно для быстрого роста этого умения и достижения желаемого качественного уровня. Здесь на помощь приходят специальные упражнения, в содержании которых совершенствуемое умение выделяется как главный объект изучения. Следует заметить, что большинство упражнений тактического характера дает обильную пищу для развития этого основного боевого качества.

Наблюдательность, направленная на объекты, имеющие боевое значение, как сознательный акт острого зрительного восприятия, развивается в наблюдении занимающихся друг за другом. В процессе технической подготовки, и в частности в парных упражнениях, когда партнер, несущий обслуживающую роль, следит за выполнением упражнений своего напарника и поправляет замечаемые им ошибки, воспитывается наблюдательность педагогическая, а не тактичекая, которую следует специально развивать. Примеры элементарных упражнений: ученики-рапиристы стоят в средней дистанции, обслуживающий принимает разные позиции, делая в них выдержки. Упражняющийся должен осмотреть принятую партнером позицию и колоть его с выпадом тем или иным способом и в то или другое место. Конкретно: исходное положение — упражняющийся в шестой позиции, обслуживающий — в положении «вольно». Упражнение: обслуживающий принимает боевую стойку с шестой позицией, упражняющийся должен, осмотрев противника, колоть его прямо. Совершив укол, упражняющийся возвращается в боевую стойку, а обслуживающий принимает положение «вольно». Далее обслуживающий принимает боевую стойку, входя в соединение и овладевая им, — упражняющийся должен совершить укол с переводом вовнутрь с выпадом и т. д.

Обслуживающий последовательно принимает боевые стойки, входя в шестое нейтральное соединение с высоким и низким положением руки, показывая укол, беря нижнюю позицию, завладевая четвертым соединением, восьмым и т. д. Во всех случаях упражняющийся должен, осмотрев находящегося в статике партнера, совершить укол, который должен свидетельствовать о качестве и эффективности наблюдения. По мере освоения упражнения следует его усложнять требованиями от упражняющегося более тонких дифференцировок. Так, обслуживающий может принимать положения, которые дают едва уловимое преимущество применения одного приема перед другим. Пример: обслуживающий входит в шестое соединение так, что упражняющийся должен разобраться, во-первых, в том, владеет ли соединением его партнер или нет, и, во-вторых, в том, можно ли рассматривать положение руки обслуживающего как устремленную вперед более нормы шестую позицию или как положение «вытянутой руки». В зависимости от усмотренного упражняющийся колет прямо или с переводом, с оппозицией или без нее. Более трудно наблюдение за игрой противника, т. е. за его поведением. Наблюдающий должен улавливать не только содержание каждого движения в игре противника, но и иметь представление о характере и содержании его игры в целом. Знание общего характера игры противника имеет большое значение, которое заключается в том, что, если для фехтовальщика каждое игровое движение противника оказывается неожиданным, он неизбежно будет иметь затруднение в его использовании. Главным затруднением будет опаздывание с началом своего движения. Знание содержания игровых движений противника позволит ожидать какое-нибудь определенное движение, что поможет своевременно его использовать для нанесения противнику удара-укола. Игровые движения фехтовальщика, как не подчиняющиеся строгим техническим нормам, отличаются ярко выраженной индивидуализированностью и устойчивостью. Эти движения часто выливаются в определенные связки, эпизодически, а иногда и циклически повторяемые фехтовальщиком.

Наблюдая боевое поведение противника, фехтовальщик должен улавливать в нем не только отдельные движения, но и эти связки — циклы движений.

Упражнения в наблюдении за игрой противника. Тренер в индивидуальном уроке выполняет определенный комплекс игровых движений ногами и оружием. Ученик наблюдает и затем сообщает тренеру содержание как отдельных движений, так и устойчивых связок-циклов. В случае сообщения, не соответствующего действительности, упражнение повторяется и, если нужно, с замедлением движений тренера. После правильного определения содержания игровых движений тренера ученику вменяется обыгрывать их определенными или неопределенными (в зависимости от подготовленности ученика) движениями-приемами в атаках.

Далее тренер применяет другой комплекс приемов, что условно понимается учеником как наличие нового другого противника, и упражнение начинается сначала. Пример: тренер и ученик-рапирист в дальней дистанции. У ученика шестая позиция. Тренер выполняет определенный цикл игровых движений, состоящий из захвата рапиры ученика в четвертое соединение, далее — захвата с переводом в шестое и затем показа укола прямо с различными перемещениями. Ученик, сообщив тренеру содержание цикла, совершает атаки в разные моменты его: на захват в шестое соединение с шагом вперед — укол с переводом внутрь с одним выпадом; на тот же захват на месте — шаг вперед в соединении и в выпаде тот же укол; на захват в четвертое соединение с шагом вперед и на месте — действие, аналогичное, что и против предыдущего захвата, но с применением переводов соответственно в другую сторону; на показ укола с шагом вперед — укол с оппозицией вправо или влево; на показ укола на месте — шаг вперед с последующим уколом в выпад с оппозицией.

Упражнения этого типа могут в усложненном виде применяться и в тренировке мастеров. Например, тренер, изучив игру противников своего ученика, в уроке с этим учеником может имитировать его противников. В этом случае ученик должен, во-первых, узнать своего противника, а во-вторых, найти наилучшие способы использования изученной игры для совершения атак.

Упражнения на развитие способности наблюдать атакующего и обороняющегося. 1. Ученик А. атакует произвольным способом с дальней дистанции ученика Б. Ученик Б., стоя на месте, пытается парировать удар

(укол) и нанести ответ. По совершении атаки и независимо от ее исхода ученик Б. сообщает ученику А. содержание его атаки. Если содержание раскрыто правильно, тогда ученик А. подтверждает это и следующий раз атакует уже по-новому. Если же содержание раскрыто неправильно, тогда ученик А. снова выполняет ту же атаку. Если ученик Б. повторно ошибается в содержании атаки, тогда ученик А. словесно раскрывает содержание своей атаки и снова, в третий раз, выполняет ее. Таким же способом можно упражнять наблюдательность в отношении оборонных действий. В этом случае проведший произвольную атаку сообщает оборонявшемуся содержание его действий. Если объяснение оказалось неправильным или правильным, но атака не дошла, тогда атаковавший вновь совершает ту же атаку на партнера, не меняющего своих защитных действий. Если первая атака увенчалась успехом и атаковавший правильно раскрыл содержание защитных действий, тогда на следующую атаку обороняющийся реагирует по новому и т. д.

Упражнения аналогичного характера применимы и в индивидуальном уроке боя, проводимом тренером. В этом случае тренер после неуспеха ученика в атаке или в защите выслушивает ученика о содержании своих действий, приведших к получению им удара-укола; при правильном объяснении, но при боевой неудаче ученика вся боевая фраза повторяется вновь с внесением учеником тактических поправок. При неправильном объяснении вся боевая ситуация тоже повторяется вновь до тех пор, пока ученик не даст верного раскрытия содержания действия тренера. В случае же правильного раскрытия и успеха ученика бой продолжается без повторения боевого эпизода.

Все упражнения, приведенные в качестве примеров, могут быть использованы и как упражнения в выборе момента и приема для решающего действия, но характер упражнения тогда должен измениться. В упражнениях наблюдательности действия ученика показывают правильность наблюдений и боевой оценки воспринятого. Поэтому здесь в целях большего насыщения упражнения наблюдением не следует уделять слишком много внимания качеству выполнения действий, добиваться технической точности ценою многократных повторений, т. е. ценою ухода от основной задачи упражнения.

Развивают наблюдательность и такие занятия, на которых одна пара ведет бой, а остальные члены учебной группы наблюдают этот бой, слушая объяснения тренера по ходу боя, раскрывающие его содержание.

Хорошим упражнением является наблюдение занимающимися боя со стороны с попутным комментированием его ими и последующим опросом участников боя о правильности констатации фактов. Наблюдения со стороны, правда, уступают по своей полезности наблюдениям из боя, как проходящие не из боевого ракурса и на спокойном психическом фоне зрителя.

Развивает наблюдательность и параллельное судейство про себя с судейством квалифицированного старшего судьи.

Упражнения на развитие ориентировки в фактической обстановке боя. Во всяком моменте боя имеются две стороны: фактическая и психологическая. Фактическая сторона — это взаиморасположение противников, частей их тела и оружия. Психологическая же — замыслы и намерения, которые господствуют в данный момент в головах бойцов как результат хода мыслей, обусловленного предыдущими взаимодействиями. Хорошо ориентироваться — это значит понимать, какие возможности таит в себе фактическая и психологическая стороны момента. Ориентировка в фактической обстановке совершенствуется в боях, всякого рода «контрах» и индивидуальных уроках «школы», и особенно в упражнениях, в которых ученик не знает, какой конкретный прием и когда будет выполнять. Совершенствуя технику, ученик в этих упражнениях изучает и совершенствуется не только в выполнении, но и в применении приемов, т. е. в тактике, и в частности в ориентировке в фактической обстановке. Само собой разумеется, что упражнение такого типа, т. е. с альтернативными заданиями, не исключает заказных повторений конкретных движений. Но возможны и специальные упражнения на ориентировку в фактической обстановке. Они отличаются от упражнений технической школы более быстрым выполнением приемов и осложнениями в возникающих неожиданно ситуациях, требующих более тонкой дифференцировки и нахождения большего количества решений и меньшей, если можно так выразиться, придирчивостью к чисто техническим погрешностям.

Упражнения в выборе момента для атаки. На стадии первичной обученности технике атак, т. е. тогда, когда ученик уже может ценой концентрации внимания на выполнении правильно по форме производить простые атаки с выпадом, следует уже давать упражнения на выбор определенного момента для атаки.

Ожидание определенного момента, как уже об этом писалось, подразумевает некоторую изученность противника. Поэтому упражнения в использовании для атаки определенного момента начинаются с кратковременного изучения противника. Упражнение: исходное положение — рапиристы в дальней дистанции держат шестые позиции. Обслуживающий партнер или тренер маневрирует, совершая в неопределенной последовательности шаги вперед и назад. Ученик маневрирует ответно, сохраняя дальнюю дистанцию. На начало одного из маневренных шагов ученик колет партнера прямо с выпадом.

Упражнение в использовании момента для атаки, создаваемого самим фехтовальщиком: исходное положение то же, что и в предыдущем упражнении. Ученик, инициативно маневрируя, приводит в ответное движение партнера или тренера. В момент начала одного из вызванных учеником приближений «противника» ученик совершает укол прямо с выпадом. В этом упражнении ученик, кроме выработки навыка выбирать момент для начала атаки, начинает понимать и осуществлять маневрирование как игру дистанцией, имеющую цель обмануть противника в его восприятии расстояния.

Следует заметить, что в упражнениях на выбор приема и момента во время боя не бывает полной разграниченности этих двух забот, но преобладание в сознании фехтующего то одной, то другой бывает ярко выраженным. Названия — выбор момента (времени) и выбор приема — следует понимать как определения ведущей, преобладающей тактической задачи. Упражнения в выборе приема нападения описаны выше как уп-

ражжения в наблюдении за игрой противника. Тем не менее в начальной стадии для выбора приема можно создать условия, выделяющие одну задачу.

Упражнения в выборе приема нападения при активной подготовке атаки. Ученик-рапирист и его обслуживающий партнер в средней дистанции в шестом нейтральном соединении. Упражняющийся играет оружием, стараясь все время находиться в закрытой позиции, т. е. не допускающей возможности нанесения противником прямого укола. Осуществляет он это посредством овладеваний соединениями и их переменой. Обслуживающий партнер стремится избежать своей позиционной открытости посредством тех же приемов, но выполняемых не инициативно, а ответно. На одну из попыток партнера избавиться от позиционного преимущества противника по средством нажима при попытке овладеть соединением или перемены соединения упражняющийся колет с выпадом с соответствующим ситуации переводом, переносом или прямо. Укол переводом от перемены соединения при этом следует выполнять, избегая соприкосновения клинков в новом соединении; колоть прямо упражняющийся должен при возникшей задержке ответного движения обслуживающего или во время широкого и медленного движения его при перемене соединения.

Упражнения в выборе момента и приема нападения при активной подготовке атаки. Эти упражнения отличаются от предыдущих лишь тем, что упражняющиеся стоят в дальней дистанции, подготавливая атаку совершает свою игру оружием в перемещениях и осуществляет атаку с выпадом в моменты опаздывающего отступления партнера или в начальные моменты, его приближений.

Упражнения в пассивном выборе момента и приема для атаки. Тренер или несущий обслуживающую роль занимающийся, находясь в дальней дистанции от тренирующегося, играет оружием, делая захваты в разные стороны. Изредка эти захваты, произвольные по содержанию и времени, выполняются тренером или обслуживающим партнером с шагом вперед варьируемой длины. Ученик на одном из сближений атакует уколом с соответствующим захвату переводом и с вы падом, отвечающим по своей длине возникшей дистанции.

Упражнения этого типа могут еще более усложняться, и тогда они становятся похожими на немой урок вольного боя. Так, ученику можно дать задание совершать атаки, используя в игре тренера приближения не только с воздействиями на оружие, но и с показом укола, на которые ученик должен совершать атаки с захватами и завязываниями или на уход тренера из показа укола и позиции—атаки с двойным переводом.

Упражнения в скоростной ориентировке (находчивость). Ученик совершает с дальней дистанции ложную или разведывательную атаку с выпадом, на что тренер реагирует в произвольной и меняющейся последовательности следующими действиями: 1) принимает с шагом назад какую-нибудь защиту, не давая вследствие разрыва дистанции ответа. Ученик совершает в этом случае повторную атаку соответствующим взаиморасположению клинков переводом; 2) тренер берет защиту с шагом вперед и отвечает уколом прямо — ученик берет защиту от ответа, оставаясь на выпаде, и наносит контрответ; 3) тренер применяет защиту и отвечает прямо, стоя на месте, ученик, закрываясь вперед, защищается от ответа и отвечает переводом с выпадом, Пример: тренер производит удары по разным частям поражаемого пространства с немедленным принятием после парированного удара какой-нибудь позиции. Ученик, взяв защиту, должен наносить удар в открытое место тренера. Если же тренер производит короткую атаку и затем сразу принимает какую-нибудь позицию, уходя назад в среднюю дистанцию, тогда ученик должен произвести ответ с выпадом и обманом ударом по открывшемуся месту.

Примеров таких упражнений на находчивость можно привести много. Главное в них — быстро и без промедления действовать в условиях внезапно и неожиданно возникающей новой боевой обстановки.

Упражнения в понимании смысла движений противника. Фехтовальщик в бою может выполнять очень сходные по форме движения, но имеющие совершенно различный тактический смысл и тающие в себе разные продолжения боевых взаимодействий. Рапирист, например, может выполнять движение укола с выпадом с тем, чтобы поразить противника, разведать, вызвать на определенные контрдействия и отогнать. Эспадронист может делать начальные движения удара по голове с целью, закончив движение, нанести удар по голове или для того, чтобы вызвать защитные движения противника, вызвать его попытку ударить в темп, с целью разведки и т. д.

Фехтовальщик может принять одну и ту же защиту с единственной целью избежать удара (укола), нанести ответный удар (укол) после защиты, спровоцировать попытку сдвоенного удара (укола) и т. д. Из перечисленного ясно, что правильное и неправильное понимание движений противника ведет к противоположным результатам.

Примерные упражнения в понимании смысла и возможных последствий движения противника: 1. Ученик-рапирист держит шестую позицию. Тренер совершает посылы рапиры на укол прямо разной глубины и быстроты. Ученик на разведывательное движение укола прямо с выпадом «ловит» оружие тренера круговой шестой защитой с шагом вперед и отвечает прямо. На атаку тренера второго намерения, вызывающую четвертую защиту с ответом прямо, берет четвертую защиту и отвечает с переводом и на действительную атаку тренера также берет четвертую защиту, но отвечает прямо. Для облегчения упражнения тренер в первых занятиях умышленно подчеркивает смысл своего действия утрированной разнохарактерностью его выполнения.

2. Ученик-рапирист пытается колоть тренера в грудь со средней дистанции. Действия тренера: а) дает себя заколоть, умышленно опаздывая с четвертым парадом; б) с небольшим шагом назад четко парирует четвертой защитой и отвечает прямо; в) с большим шагом назад уходит от укола и вяло, как бы на всякий случай, принимает четвертую защиту. Ученик должен в первом случае быстро вернуться в боевую стойку, во втором случае — защититься, стоя на выпаде, от ответа и нанести контрответ и в третьем случае — совершить повторную атаку уколом с переводом кнаружи. Это упражнение, как и всякое другое, может быть усложнено снятием технической конкретности. Так, ученик в начале упражнения может колоть тренера не только в грудь, а в любое место. Тренер, в свою очередь, может применять не только четвертую защиту, но и другие. Однако усложнение упражнения не должно нарушать его тактического остова.

Упражнения для развития ориентировки в психологических моментах боя. Эти упражнения состоят в том, что ученик, совершив по заданию какое-то действие, закончившееся ударом (уколом) противнику-тренеру, должен, предположив его умозаключительную реакцию, совершить самостоятельно, без подсказа, следующее действие, обыгрывающее предполагаемое намерение противника-тренера.

Ориентировки только в фактической обстановке момента бывает недостаточно для успешного ведения боя, так как результативность применения приемов, и тем более сложных, часто зависит от тех намерений, которые таит противник. Так, фехтовальщик, умышленно открывший какую-нибудь часть своего поражаемого пространства с тем, чтобы вызвать противника на попытку поразить это место, успевает отпаривать эту попытку, хотя расположение фехтовальщиков и их оружия было таково, что, не будь здесь вызова, т. е. преднамерения, атаковавший успел бы нанести укол (удар) в открытое место.

Другой пример: атаку с обманом можно осуществлять, только будучи уверенным в том, что противник «е» ждет ее, а потому не имеет намерения совершить контратаку или ловлю клинка с движением вперед и т. д. Ориентироваться в намерениях неопытного противника можно по его поведению и движениям, но этого в боях с опытными противниками оказывается недостаточно. Приходится для познания намерений противника предполагать мысли, которые должны возникнуть у него по ходу боевых взаимодействий. Так, фехтовальщик, один раз или дважды в бою успешно применивший какой-нибудь прием, в дальнейшем должен действовать с учетом вероятных контрмер, задуманных противником. Примеры: на игру тренера, заключающуюся в его небольших шагах вперед с нажимом оружием в шестое соединение, ученик отступает и на начало одного из шагов вперед колет переводом с выпадом. Далее тренер продолжает ту же игру, но ученик, предполагая, что противник-тренер сделал вывод и теперь уже сам вызывает ученика на перевод с тем, чтобы, отпарив его четвертой защитой, нанести укол в ответе, совершает обман переводом и коле: во втором переводе. Далее тренер снова продолжает ту же игру, но теперь уже ученик, предполагая, что противник-тренер сделал вывод и из второго поражения, решив контратаковать в момент выполнения обмана, совершает атаку второго намерения: обман переводом, вызывающий контратаку и затем защиту от укола в контратаке с последующим ответом.

Таких примеров можно привести множество, и все они будут отличаться некоторым неизбежным схематизмом, но тем не менее эти упражнения на обыгрывание намерений противника, вытекающих из боевых взаимоотношений, учат тактически мыслить. Тренер в этих упражнениях должен не только выполнять определенные фехтовальные движения, но и придавать им боевой характер с тем, чтобы облегчить ученику узнавать подобные ситуации в условиях соревновательного боя. Само собой разумеется, что борьба замыслов в бою неизмеримо сложнее, нежели в приведенном упражнении. Фехтовальщик, например, вступая в тактический диалог замыслов, должен помнить, что намерения противника не будут реализованы в действиях, если провоцирующий их повод, т. е. какое-нибудь действие, совершающееся врасплох, неожиданно для противника, так как в этом случае выступают на сцену постоянно действующие однотипные реагирования инстинктивного характера. Кроме того, фехтовальщик должен учитывать, что противник может умышленно отказываться от формально логически возникающего намерения лишь оттого, что оно легко может быть предугадано противником; однако и этот замысел, в свою очередь, может быть учтен противником.

Но, несмотря на бесконечное разнообразие и сложность тактических взаимодействий, которые нельзя исчерпать в уроках, упражнения приведенного выше типа должны находить место в тренировке молодого фехтовальщика, как вырабатывающие определенные тактические умения и навыки, развивающие психические качества, расширяющие тактические возможности фехтовальщика, воспитывающие любовь к тактической игре и установку на передумывание противника. Пример: тренер в условиях индивидуального урока атакует ученика. Если атака увенчалась ударом или уколом, то тренер совершает вновь эту же атаку, а ученик должен найти самое эффективное противодействие ей. Если же атака не удалась и атакующий тренер получил удар (укол) в контратаке или в ответе, тогда тренер вновь атакует, но уже сделав вывод из предыдущей своей неудачи: Ученик в этом случае должен учесть самый логичный и простой вывод тренера и противодействовать уже новой атаке, осуществляющей этот вывод.

Упражнения в разведывании. Разведка обороны. Разведка защитных намерений противника осуществляется посредством ложной атаки. Успешность разведки защитных действий зависит от учета двух основных факторов: 1) неожиданно для противника сделана разведывательная атака или противник ее ожидал; 2) считает ли противник, что он своим движением на разведку атакой выдал свое намерение или нет.

Упражнения: 1) ученик и тренер, стоя в средней дистанции, держат шестые соединения. Ученик делает разведку оборонных намерений противника посредством разведывательной, т. е. укороченной, атаки прямым уколом. Тренер реагирует движением, выдающим его намерение защищаться четвертой защитой, после чего ученик атакует двойным переводом; 2) тренер выдает намерение защищаться круговой шестой защитой, после чего ученик атакует удвоенным переводом. Такое упражнение может иметь много различных усложнений. Например, тренер может выдавать не только свое намерение защищаться четвертой или круговой шестой защитой, но и другое свое намерение — делать это стоя на месте или с отступлениями разной глубины. Ученик, учтя данные своей разведки, должен атаковать или с одним выпадом, или с шагом вперед и выпадом, или броском. Усложнения могут быть и другого характера. Например, тренер в этом упражнении может поставить ученику условие: если на разведку укола реагирование тренера будет выражено едва заметным защитным движением оружия, это значит, что противник не заметил того, что он выдал свое намерение брать ту или иную защиту и на действительную атаку будет реагировать парадом, который едва обозначился в его якобы невольном, выдавшем его намерение, движении. Если же на разведку уколом тренер реагировал полным движением парада, ученик может предполагать, что противник понял, что он выдал свое намерение брать определенную защиту, и должен выбирать атаку, исходя из предположения, что выданная четвертая защита заменится попыткой применить круговую шестую и, наоборот,

выданная круговая шестая заменится попыткой парировать четвертой защитой. Пример: ученик и тренер в дальней дистанции в шестом нейтральном соединении. Ученик совершает разведку посредством шага вперед. Тренер реагирует на разведку следующим образом: 1) обозначением попытки контратаковать уколom во второй сектор, на что ученик в дальнейшем реагирует атакой второго намерения, завершающейся ответом уколom вверх после отражения контратаки восьмым парадом; 2) тренер реагирует защитным нажимом в шестое соединение с шагом назад, на что в дальнейшем ученик совершает атаку двойным переводом с шагом вперед и выпадом.

Разведка атак. Тренер атакует ученика. Ученик, ожидая атаку, спасается от укола отступлением, следя за действиями атакующего. Далее тренер повторяет ту же свою атаку, на что ученик реагирует или защитой с ответом, или контратакой, соответствующими данным своей разведки в отступлении. Пример: ученик и тренер в дальней дистанции. Ученик в шестой позиции, тренер — в восьмой. Тренер атакует, делая захват в четвертое соединение с последующей попыткой колоть прямо. Ученик отступает, разрывая дистанцию и сохраняя шестую позицию. Далее на эту же атаку тренера ученик или контратакует с переводом кнаружи, или берет отводящую четвертую защиту от укола и наносит ответ уколom с переводом.

Упражнения в маскировке. Маскировка имеет целью лишить противника возможности предвидеть действия фехтовальщика, т. е. понимать его намерения, поэтому она является как бы занавесом от пронизательных, разведывательных взглядов противника. Более того, она может наилучшим способом осуществляться как противодействие разведке.

Маскировка оборонных намерений: 1) ученик-эспадронист и тренер в дальней дистанции, оба держат третьи позиции. На разведывательный шаг вперед тренера ученик как бы пытается рубить руку снаружи с глубоким отступлением. На следующую, после этой разведки, действительную атаку тренера со страхующей третьей защитой от возможного удара в темя по руке снаружи ученик контратакует с выпадом уколom с переводом;

2) ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции, оба держат шестые позиции. На разведку тренера уколom ученик обозначает круговую шестую защиту с шагом назад. На действительную атаку тренера с обманом прямым уколom ученик, стоя «а месте», берет четвертую защиту, разрушая столкновением клинков попытку тренера -после обмана прямым уколom совершить перевод против круговой шестой защиты и наносит ответ прямым уколom;

3) ученик-шпажист и тренер в дальней дистанции. На разведывательное движение тренера уколom в руку снизу ученик обозначает либо попытку колоть руку сверху (и тогда против действительной атаки с обманом уколom в руку снизу с последующим захватом в шестое соединение и намерением далее колоть прямо с оппозицией ученик контратакует уколom в руку или в грудь с переводом), либо обозначает намерение защищаться вторым парадом (и тогда на обман тренера уколom в руку снизу контратакует ее уколom в руку сверху).

Маскировка начала атаки. Ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции в шестом нейтральном соединении. Тренер играет дистанцией и оружием, нет-нет выдвигая его вперед. Ученик продолжительное время реагирует на каждое маневренное движение тренера торопливым шагом назад и на каждое выставление рапиры — защитным движением, давая знать противнику, что он только тем и занят, как бы не оказаться застигнутым врасплох атакой противника. На одно из приближений тренера без выдвигания рапиры ученик совершает атаку двойным переводом, на которую тренер реагирует сложной защитой четыре—шесть и получает укол, а на сближение тренера с выдвиганием рапиры в шестое соединение в показ укола совершает атаку: контрбатман в четвертое соединение, укол с переводом вниз во второй сектор.

Маскировка содержания атаки: 1) ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции в шестом нейтральном соединении. Ученик два-три раза совершает укороченную, заведомо не достигающую противника атаку с шагом вперед — контрбатман в четвертое соединение и с выпадом — укол прямо. Затем ученик совершает действительную длинную атаку — захват в шестое соединение, укол с переводом. Эта маскировка имеет целью сделать неожиданным для противника не начало атаки, а лишь ее содержание, т. е. направление захвата, застраховав этим себя от укола в контратаке, соответствующего содержанию маскировочной атаки;

2) ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции, оба держат шестые позиции. Ученик один-два раза совершает укороченную, заведомо не достающую противника атаку двойным переводом с шагом вперед и выпадом, а затем, когда противник-тренер приготовился отпарировать атаку сложной защитой четыре—шесть или пересечь контратакой, совершает действительную атаку с захватом во второе соединение и последующим уколom прямо.

Упражнения в вызовах. Вызовы определенных атак: 1) ученик-саблист и тренер в дальней дистанции. Ученик с шагом вперед открывает разные части своего поражаемого пространства. Тренер реагирует попытками нанести удар в открытое место. Ученик должен взять защиту и ответить; 2) ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции, оба держат шестые позиции. Ученик, вытянув руку в показ укола в четвертый сектор, делая небольшие шаги вперед, теснит тренера. Тренер отступает и в неопределенный момент пытается атаковать с захватом в четвертое соединение, на что ученик контратакует с переводом кнаружи.

Вызовы контратак: 1) ученик-рапирист и тренер в дальней дистанции в шестом соединении. Ученик с шагом вперед завладевает шестым соединением, на что тренер отступает, тогда ученик, не пресекая своего движения вперед, атакует с переводом уколom вниз под руку. Если тренер пытается контратаковать уколom с переводом, ученик защищается четвертым парадом и наносит укол в ответе; 2) ученик-саблист и тренер в дальней дистанции. Ученик с шагом вперед совершает обманное движение удара по голове, вызывая противника-тренера на попытку ударить по руке в темп снаружи. Тренер идет на вызов, на что ученик реагирует третьей защитой с последующим ответом.

Упражнения для развития разнообразия действий в бою. Каждый повод для атаки дает возможность применить несколько разных атак, так же как и любой атаке можно противодействовать разными приемами.

Несмотря на это, фехтовальщики нередко впадают в такое однообразие действий, которое в большой мере лишает их возможности действовать неожиданно, а противнику дает возможность почти наверняка обыгрывать их действия. Разнообразию действий учит логика самого боя, но если этого оказывается мало, тогда следует применять специальные упражнения для выработки боевого разнообразия. Существом таких упражнений является необходимость по одному и тому же поводу применять разные приемы. Сперва эта необходимость может носить отвлеченный характер, как исполнение преподавательского задания. В дальнейшем этой необходимости следует придавать боевой смысл, как тактическому обходу вывода противника. Пример упражнения в атаке: упражняющийся рапирист, держа шестую позицию, находится в дальней дистанции от обслуживающего партнера или преподавателя. Последний в игре дистанцией и оружием совершает шаги вперед, показывая укол вверх и назад, принимая шестую позицию. Упражняющийся должен на шаг вперед с показом укола выполнять в неопределенный последовательности следующие атаки:

- 1) батман в четвертое соединение — укол прямо с выпадом;
- 2) укол переводом с выпадом по наружной линии с оппозицией в шестое соединение;
- 3) контрбатман в шестое соединение — укол во второй сектор с выпадом;
- 4) то же самое в броске;
- 5) укол в бок с выпадом и отклонением вниз-влево.

Пример упражнения в обороне: упражняющийся и обслуживающий партнер или тренер в дальней дистанции в шестом соединении, которым владеет упражняющийся. Обслуживающий партнер или тренер многократно совершает па упражняющегося одну и ту же комбинированную атаку — захват в шестое соединение — обман переводом в четвертый сектор — укол с переводом во второй сектор. Упражняющийся должен избегать укола, противодействуя этому каждый раз по-разному, как-то: 1) контратакуя переводом с выпадом, уходя от захвата в шестое соединение; 2) контратакуя уколом прямо в момент совершения партнером обмана стоя на месте; 3) беря сложную защиту четыре — два и отвечая вверх с шагом назад; 4) сталкиваясь с оружием атакующего в момент обмана при помощи принятия высокой седьмой защиты и отвечая уколом вниз; 5) совершая вольт назад с уколом вверх после шага назад на попытку атакующего колоть вниз.

Упражнение такого рода развивает способность фехтовальщика в каждый момент боя быстро и ясно представлять себе весь комплекс приемов, который можно применить в данном случае.

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ

В спортивном коллективе, секции, спортивной школе организация занятий по фехтованию должна предусматривать правильное комплектование групп занимающихся. При этом следует учитывать: 1) количество занимающихся в группе; 2) подготовленность фехтовальщиков, приступающих к занятиям (физическое развитие, подготовленность по другим видам спорта, по комплексу ГТО, общеобразовательная подготовленность, пол, возраст и т. п.); 3) возможность одновременного посещения занятий в установленное время.

При нормальных условиях обучения (зал нормальной величины, инвентарь и оборудование) число занимающихся не должно превышать в группе начинающих 20 человек. Вместе с тем не следует создавать малочисленные группы. Опыт показывает, что занятия с группой в 16—20 человек проходят интереснее и дают большие возможности для полноценного использования средств учебной и воспитательной работы. Такие группы облегчают организацию дружного коллектива и сохранение его в дальнейшем, когда фехтовальщики разделятся по специализации на разных видах оружия.

В первом году обучения с группой в 16—20 человек может проводить занятия один преподаватель. В следующем году, когда фехтовальщики перейдут к специализации и появится необходимость проведения индивидуального обучения, на такую группу нужно иметь не менее двух преподавателей. Для тренировок с фехтовальщиками старших разрядов и мастерами спорта следует комплектовать группы так, чтобы на одного тренера было не более 4—6 учеников.

Независимо от численности группы, тренировочные занятия должны всегда носить организованный характер с общим началом и концом занятия.

Желательно, чтобы состав занимающихся был примерно равным по физическому и общеобразовательному уровню развития. Смешение в одну группу юношей разных возрастных категорий, юношей и взрослых, женщин и мужчин, физически сильных и слабых создает большие трудности при проведении занятий. Особенно нежелательно подобное смешение в начальном периоде обучения (на протяжении всего первого года), когда занятия проводятся со всеми одновременно, а давать индивидуальные задания еще нельзя из-за неподготовленности занимающихся.

Подготовленность фехтовальщиков, приступающих к занятиям, надо выяснить для определения характера нагрузки в учебных занятиях и правильного использования разных упражнений, направленных на развитие и совершенствование качеств, необходимых фехтовальщику. Это нужно знать также для правильного составления рабочего плана занятий, назначения специальных заданий, для применения наиболее целесообразных средств и методических приемов обучения и тренировки.

Определение состояния здоровья и физической подготовленности производится с помощью медицинского осмотра и специальными контрольными проверками приступающих к занятиям. При проведении специальных проверочных испытаний преподаватель должен сам наметить упражнения, выявляющие уровень подготовленности и способности занимающихся.

В этих проверках надо выяснить способность к силовым упражнениям, быстроту, гибкость и координацию движений. Для юношей и взрослых могут быть намечены одинаковые упражнения, но с разными требованиями.

Приводим некоторые упражнения, которые могут быть использованы при проверке физической подготовленности.

Проверяемые качества	Предъявляемые требования	Показатели подготовленности				
		юноши 13-15 лет	юноши 16-18 лет	мужчины	девушки	девушки
Сила	Подтягивание на перекладине из положения виса (до подбородка)	2 раза	5 раз	6 раз	—	—
	Сгибание и разгибание рук в положении упора лежа за руками	—	—	—	3 раза	5 раз
Быстрота	Бег на 60 м	8,5 сек.	7,5 сек.	7 сек	9,5 сек.	8,5 сек.
Гибкость	Из положения основной стойки, не сгибая коленей, достать пол, положив на него ладони	Обязательно для всех				
	Из положения ступни параллельно на ширине плеч или вместе приседание на полной ступне, не отрывая пяток от пола	Для всех				
	Шпагат	Для всех обязательно				
Способность к выполнению упражнений для проверки координации движений	Из положения ноги вместе, руки в стороны: прыжком сменить положение несколько раз	Обязательно для всех				
	Из того же исходного положения: ноги делают поскоки — два раза вместе, два раза врозь: руки — на каждый счет — вниз, в стороны.	Обязательно для всех				

Приведенные упражнения могут быть изменены, упрощены или усложнены в зависимости от условий и соображений тренера.

Определение общеобразовательной подготовленности важно для выяснения возможностей использования различных методов обучения: рассказа, показа, ссылок на другие науки, приведения примеров и пр. Естественно, что чем более широко образован занимающийся, тем легче он будет воспринимать пояснения. Так, со студентами институтов физической культуры можно использовать объяснения, основанные на понятиях физиологии, анатомии, педагогики, психологии, гигиены, врачебного контроля и т. п., что будет невозможно при проведении занятий с подростками 13—14 лет.

Разная физическая подготовленность создает неравные условия формирования спортивно-технических навыков, ставит препятствия к использованию упражнений максимальной мощности и приводит к тому, что сильнейшие будут чувствовать неудовлетворенность нагрузкой урока, а слабые могут считать ее излишне большой. Это в одинаковой мере снижает интерес к занятиям и расхолаживает учеников.

У фехтовальщиков старших разрядов могут допускаться смешанные занятия мужчин и женщин и смежных возрастов, что бывает полезно в ряде случаев, и особенно для специальной подготовки к соревнованиям. Такие занятия не олеует делать правилом, и их можно использовать только эпизодически, ставя специальные педагогические задачи (для более слабых подтянуться в общении с сильными; для более сильных — опробование приемов в более простых условиях — слабого противника). Частое проведение таких занятий не рекомендуется, так как фехтовальщики более слабые могут почувствовать разочарование и неуверенность в своих силах, а сильные могут проявлять небрежность в выполнении. Здесь можно хорошо использовать различные формы инструкторских занятий, весьма полезных для фехтовальщиков всех разрядов.

Для правильного построения обучения и тренировки в секции, спортивной школе, юношеских отделениях фехтования и других коллективах должны быть подготовлены учебные документы: 1) учебный план; 2) программа; 3) годовые учебные графики расчета учебных часов по всем видам подготовки фехтовальщиков; 4) рабочий план на месяц (период) подготовки; 5) конспект занятий; 6) журнал учета посещаемости и успеваемости; 7) расписание занятий (при условии занятий нескольких групп).

Материалы планирования и учета учебно-тренировочной работы составляются по существующим формам учебной документации, и поэтому мы не делаем им специальной расшифровки. См. учебное пособие для институтов физической культуры «Теория физического воспитания» (редакционная коллегия: Г. И. Кукушкин, П. И. Жуков, И. М. Коряковский). ФиС, 1953, стр. 235—261.

Периоды обучения и тренировки

Необходимость систематической круглогодичной тренировки стала общепризнанной, и поэтому тренировочный процесс планируется на год. В планировании учебно-тренировочной работы с фехтовальщиками-новичками и фехтовальщиками старших разрядов имеются существенные отличия. Занятия с первыми планируются из расчета постановки элементарной типовой техники и выполнения на этой основе требований первичного разряда спортивной классификации к концу учебно-тренировочного года и выбора вида фехтования для дальнейшей специализации.

В принципе весь учебно-тренировочный год делится на три периода: **подготовительный, основной и переходный**. Каждый период имеет свои задачи, средства и методы.

Построение обучения и тренировки для фехтовальщиков-новичков

Подготовительный период

Задачами этого периода являются:

- 1) организация коллектива и привитие навыков дисциплины, гигиены, режима;
- 2) улучшение физического развития и физических качеств;
- 3) овладение основными спортивно-техническими навыками и умениями, постановка «школы» (установление типовой техники фехтования на одном из видов оружия).

Средства подготовительного периода составляют: упражнения общего воздействия на организм и специальные упражнения фехтовальщика, беседы с освещением вопросов дисциплины, режима, основ физического воспитания, истории фехтования, врачебного контроля.

В этом же периоде должны осуществляться подготовка и участие в соревнованиях по комплексу ГТО для выполнения требований следующих ступеней (по отношению к имеющимся у занимающихся).

Общеразвивающие упражнения применяются: в первой части урока в виде общей разминки, в третьей части как специальные упражнения для развития и совершенствования физических качеств и в специальных занятиях по физической подготовке.

Упражнения, направленные на развитие специфических качеств, применяются для улучшения готовности к выполнению фехтовальных движений и развития тех качеств, которые особенно нужны для успешного ведения боя (улучшение координации движений, быстроты реакции, специфической выносливости, развития мышц, принимающих главное участие в фехтовальных движениях, и т. п.). Об этих упражнениях мы достаточно говорили ранее в разделе о развитии совершенствования физических качеств фехтовальщика.

На протяжении первых 2—2,5 месяцев упражнения, направленные на развитие физических и специфических качеств, занимают значительное время в каждом занятии и в уроках, полностью отдаваемых на физическую подготовку. Это объясняется необходимостью создать общую подготовленность занимающихся к большому количеству разучиваний, пояснений, связанных с освоением. Затем эти упражнения в первой части урока превращаются в общую и специальную разминку, а работе над отстающими качествами главное внимание отдается в третьей части урока.

Вторая часть урока (основная) разрешает задачи овладения основными навыками, которые составляют типовую, школьную технику фехтования, и установления первых тактических понятий.

Этот период особенно ответствен с точки зрения создания правильной установки на дальнейшую работу. Именно здесь создается техническая база, на которой в дальнейшем строится спортивное мастерство. От того, насколько правильно и основательно проведено овладение основами фехтования, зависит судьба будущих успехов.

Первый период обучения отличается значительной нагрузкой общего характера и сравнительно небольшой нагрузкой в самом фехтовании. Постепенно время на фехтовальные упражнения основной части урока увеличивается, включаются соревновательные упражнения, учебные и вольные бои. К концу подготовительного периода фехтовальщик должен быть уже подготовлен к участию в первых соревнованиях, которые подводят итоги предварительной работы над установлением основных фехтовальных навыков и умений.

Длительность подготовительного периода для начинающих фехтовальщиков в зависимости от физической подготовленности, восприимчивости и возраста колеблется в пределах от 3 до 5 месяцев.

Следует рекомендовать специальные занятия по физической подготовке не реже двух раз в месяц. При проведении подготовительных упражнений необходимо сосредоточить особое внимание на развитии специфической координации и, в частности, на правильной постановке боевой стойки и передвижений разного вида. Этим упражнениям в каждом занятии уделяют не менее 20—30 мин. Их проводят без оружия и с оружием.

В занятиях с молодыми фехтовальщиками упражнения, направленные на овладение и совершенствование основных навыков фехтования, проводят в медленном и среднем темпе, обращая внимание на достижение легкости, точности и свободы выполнения каждого движения. Только после установления правильной координации и понимания смысла каждого приема и действия можно переходить к ускорениям до максимально-го темпа действий. Продолжительность учебно-тренировочных занятий в подготовительном периоде от полутора часов вначале постепенно доводится до двух-двух с половиной часов.

Основной период

В задачи этого периода входит: 1) увеличение функциональных возможностей организма и совершенствование физических качеств; 2) закрепление и совершенствование технических и тактических навыков; 3) воспитание и развитие психических качеств, необходимых для ведения боев в соревнованиях.

Длительность основного периода колеблется от 5 до 7 месяцев. В этом периоде обычно имеют место два этапа: общей и специальной подготовки.

Этап общей подготовки имеет продолжительность, которая в значительной мере определяется успешностью и интенсивностью подготовительного периода и колеблется от 4 до 5 месяцев. Здесь решаются задачи: закрепления и совершенствования спортивной техники, полученной в подготовительном периоде; овладения тактикой фехтовального боя; установления индивидуальных склонностей и особенностей фехтовальщиков; достижения

состояния спортивной формы, позволяющего выносить напряжения соревнований (достигается специфическая выносливость фехтовальщика).

Средствами служат: индивидуальные уроки преподавателя; упражнения с партнером; взаимные индивидуальные уроки, контры, учебные и вольные бои, а также: общая и специальная разминка. Характерным в занятиях на этом этапе является: постепенное возрастание интенсивности и всей нагрузки за счет упражнений самого фехтования; постепенное уменьшение нагрузки в упражнениях, направленных на развитие и совершенствование физических качеств; подчеркнутое внимание к воспитанию волевых и специальных тактических качеств; увеличение количества соревновательных упражнений и учебных соревнований.

От выполнения по командам, которое имело известное место в упражнениях подготовительного периода, постепенно переходят к упражнениям, выполняемым по заданию, но самостоятельно с партнером под наблюдением тренера. Происходит индивидуализация заданий тренера-преподавателя.

Одной из важнейших задач является привитие вкуса и навыков в самостоятельных упражнениях по заданному плану, развитие активности, сознательного и требовательного отношения к своим действиям в упражнениях и учебных боях, способности к настойчивому исправлению недостатков.

Удельный вес основной части вырастает до 60—70% и значительно превышает основные упражнения в подготовительном периоде. С приближением сроков соревнований упражнения, связанные с большими физическими и психическими напряжениями, начинают занимать все большее место. На учебные бои и учебные соревнования отводится сначала по 10—15 мин. в занятии, а к концу этапа общей подготовки их длительность может доходить до 25—35 мин.

Несколько изменяется значение и содержание заключительной части. В связи с необходимостью погашения значительного возбуждения, возникающего под влиянием соревновательных упражнений и учебных боев в основной части, заключительная часть удлиняется. Больше время отводится подведению итогов занятия, что бывает необходимым для разбора вопросов теории фехтования, основ тактики, назначения индивидуальных заданий для самостоятельной работы.

Этап специальной подготовки к соревнованиям имеет основной задачей развитие «тактического мышления» и специфической выносливости. Длительность этого этапа колеблется в пределах 1—2 месяцев. Чем интенсивнее проходили тренировки на этапе общей подготовки, тем короче будет этап специальной подготовки. Занятия на этом этапе постепенно подводят фехтовальщика к условиям, в которых он должен будет находиться во время соревнований. Средствами здесь должны быть: общая и специальная разминки; упражнения в совершенствовании техники и, главным образом, тактики в парных упражнениях, в индивидуальных уроках, в учебных боях и, учебных соревнованиях, специальные беседы по вопросам тактики и поведения в соревнованиях. Кроме боев, которые проводятся в конце основной части занятия, следует проводить через 5—7 дней соревнования по официальным правилам как внутри группы, так и с приглашением других фехтовальщиков.

Перед официальными соревнованиями может быть рекомендовано снижение нагрузки для создания некоторого запаса сил и нервной энергии. В последнюю неделю рекомендуется шире использовать технические упражнения без напряжения. Разминки, общую и специальную, нужно проводить энергично в таком же плане, как перед соревнованиями. Для специальной разминки можно использовать не только упражнения на мишенях, но и индивидуальные уроки, парные упражнения и вольные бои, проводимые легко, главным образом для создания определенной настроенности на предстоящие соревнования. Продолжительность занятий в последние дни перед соревнованиями сокращается до 70—90 мин.

На этапе специальной подготовки не занимаются разучиванием новых приемов и действий, а совершенствуют уже известные, стараясь найти для каждого фехтовальщика наиболее выгодные, которые впоследствии составят его боевой репертуар, будут создавать его индивидуальный стиль. Здесь не рекомендуется долго задерживаться на исправлении ошибок, особенно крупных, следует только смягчать их влияние. Тон проведения занятий должен быть веселым, бодрым, вселяющим в фехтовальщиков уверенность в силах. Кроме практических занятий, нужно уделить значительное время и для бесед на специальные темы о тактике, правилах соревнований, об особенностях возможных противников и о способах борьбы при разных ситуациях.

Переходный период

Задачей здесь является постепенный переход от напряженной учебно-тренировочной работы на протяжении длительного времени и заключительных соревнований к отдыху.

Длительность его может быть от 1 до 2 месяцев.

Содержанием переходного периода могут являться упражнения в других видах спорта и ознакомление с другими видами фехтования.

В каждом отдельном случае преподаватель должен рекомендовать те или иные средства отдыха, советуясь с врачом. Если нагрузка в году была значительной, а последние соревнования напряженными, следует рекомендовать полный отдых от фехтования и занятия такими видами спорта, которые отличаются по своему характеру от фехтования (плавание, гребля, туризм, лыжные прогулки, пешие прогулки).

Построение тренировки для фехтовальщиков старших разрядов

Здесь приходится принимать во внимание наиболее важные соревнования, к которым должна быть достигнута наибольшая подготовленность, наилучшая спортивная форма фехтовальщика и планирование должно вестись с ориентировкой по календарю соревнований в году.

Подготовительный период

Длительность этого периода — 3—4 месяца, на протяжении которых решаются задачи: совершенствования физических качеств фехтовальщиков; совершенствования в технике и особенно шлифовка основных приемов и действий; изучение новых, более сложных, приемов и действий; достижение к концу периода готовности к участию в первых соревнованиях спортивного календаря. Каждый фехтовальщик в этом периоде должен снова пройти всю «азбуку» фехтования, повторить и усовершенствовать выполнение всех известных ему приемов и действий.

Этот период отличается интенсивной работой над совершенствованием физических качеств и спокойной, но очень настойчивой работой над совершенствованием техники. Чем выше квалификация фехтовальщика, тем тщательнее он должен работать над доведением техники основных приемов до высшего доступного ему уровня, над достижением полной гармонии всех движений оружия и тела.

Соревнования закончившегося сезона неизбежно бывают связаны с выявлением недостатков и с возникновением некоторых ошибок. Ликвидация их составляет главную заботу в подготовительном периоде тренировки фехтовальщиков старших разрядов.

Основными средствами, кроме интенсивных занятий физической подготовкой «специальных упражнений» в передвижениях на мишенях, служат индивидуальные уроки технической направленности и упражнения того же характера с партнером.

В начале периода не следует проводить боев соревновательного характера, чтобы полностью сосредоточиться на исправлении ошибок и улучшении техники. Значительное место отводится индивидуальным урокам тренера, которые должны занимать основное место среди средств самого фехтования.

Со второй половины периода нагрузка и интенсивность занятий фехтованием увеличиваются, а на занятия физическими упражнениями выделяется меньшее время. Все большее место начинают занимать упражнения соревновательного характера, включаются учебные бои, а к концу подготовительного периода можно проводить и небольшие учебные соревнования.

При проведении учебных боев следует особо рекомендовать бои в замедленном темпе, направленные на развитие тактического мышления, способности ориентироваться и управлять оружием.

Длительность периода зависит от физической и спортивно-технической подготовленности фехтовальщиков. Чем она выше, тем подготовительный период может быть короче. Однако не следует его чрезмерно сокращать, чтобы не лишать фехтовальщика возможности основательной работы над улучшением физических качеств и «школьной» техники.

Основной период

В этом периоде осуществляются задачи спортивно-технического и тактического совершенствования, достигается высокий уровень спортивной формы и морально-волевого состояния.

Средствами основного периода являются упражнения с партнером, индивидуальные уроки, учебные бои и соревнования, которые способствуют достижению полной подготовленности фехтовальщика к выступлению в ответственных соревнованиях. Занятия физической подготовкой и развитием физических качеств лишь сопутствуют решению главной задачи — повышению уровня специальной подготовленности.

Длительность основного периода при годичном планировании колеблется от 5 до 7 месяцев.

Фехтовальщики старших разрядов обычно имеют довольно продолжительный период соревнований, в котором они, переходя ко все более ответственным выступлениям, должны совершенствовать свою спортивную форму и сохранять высокий уровень готовности. Так как этот период имеет свои особенности, его выделяют как самостоятельный.

Период сохранения и совершенствования высшей спортивной формы

В задачи этого периода входит сохранение высокого уровня спортивной формы на время ряда календарных соревнований и настройка на определенный характер ведения боя. Кроме того, в этом периоде происходит корригирование мелких недостатков, возникающих в процессе соревнований.

Средства этого периода: индивидуальные уроки, направленные на совершенствование техники излюбленных приемов, и специальные беседы и упражнения с целью улучшения тактического мышления и манеры боя. Учебные бои проводятся в основном для опробования и совершенствования боевого репертуара.

Напряженность соревнований требует, чтобы фехтовальщики сохраняли свежесть и хорошее состояние, позволяющие наиболее полно проявлять свои возможности, развивать успехи или исправлять неудачные выступления. Здесь особенно важно сохранение запаса физических сил и нервной энергии. Тренировки должны быть строго индивидуализированы по нагрузке, направлены главным образом на «репертуарную» настройку и совершенствование манеры боя. Кроме занятий фехтованием, рекомендуется проводить возможно больше времени на свежем воздухе и делать прогулки за городом. Длительность периода определяется календарем ответственных соревнований и может быть от 2 до 4 месяцев.

Переходный период

Он наступает после окончания наиболее ответственных соревнований. Основной задачей периода является отдых от фехтования, который проводится в занятиях другими видами спорта. Особенно рекомендуются в летнее время купания, плавание, гребля, легкая атлетика, туризм; зимой хороши все виды ходьбы на лыжах, катание на коньках.

Если фехтовальщик ощущает усталость, то по рекомендации врача и тренера он может иметь полный отдых, обязательно с пребыванием на свежем воздухе и соблюдением хорошего режима питания, сна, быта.

Длительность переходного периода или отдыха диктуется напряженностью проведенного учебно-тренировочного года, состоянием здоровья спортсмена и календарем нового тренировочного года. Во всяком случае отдыхать нужно не менее одного месяца.

* * *

Бывает, что в году есть несколько ответственных соревнований, разделенных перерывами в несколько месяцев. В этих случаях приходится планировать тренировку двумя или тремя циклами, каждый из которых имеет схему годового планирования, но со значительным сокращением сроков отдельных периодов. Всякий новый тренировочный цикл почти полностью повторяет предыдущий, начинается после небольшого отдыха с сокращением подготовительного периода.

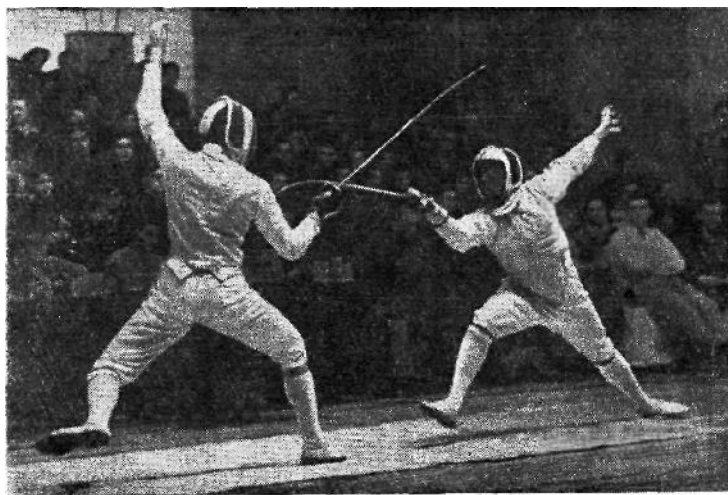


Рис. 231. Бой на международной встрече: слева — А. Спалино (Италия);
справа — М. Мидлер (СССР)

В настоящее время все более настойчиво начинает утверждаться мнение, что необходимо значительно увеличить требовательность к быстрому достижению высокого состояния спортивной формы, сохранению и совершенствованию ее в течение длительного периода. Для сильнейших спортсменов, которые входят в сборные команды спортивных обществ, республик и страны, представляется более целесообразным распространять один тренировочный цикл на весь год, в котором вершина превращается в плато, охватывающее примерно полгода.

Всесоюзный тренерский совет на основе анализа учебно-тренировочной работы и участия сильнейших фехтовальщиков в состязаниях последних лет отмечает улучшение результатов в международных соревнованиях и считает, что это явилось следствием повышения качества тренировочной работы на протяжении года и в периоды между соревнованиями. Вместе с тем Совет отмечает все еще недостаточно интенсивное и регулярное использование всех имеющихся средств тренировки.

Всесоюзный тренерский совет обращает внимание сильнейших фехтовальщиков на то, что в связи с выступлениями в международных соревнованиях к ним будут предъявляться все большие требования в вопросах технической, тактической и общефизической подготовленности. Спортсменам предлагается обратить особое внимание на строгое соблюдение гигиенического режима. Ставя задачи решительного улучшения качества учебно-тренировочной работы, увеличения опыта участия в соревнованиях и достижения стабильности спортивных результатов, повышения личных волевых качеств, организованности и дисциплины, в числе прочих средств для решения этих задач указывается: «... 2. Для членов и кандидатов в члены сборной команды устанавливается обязательное проведение не менее 350 официальных соревновательных боев, причем 200 боев нужно провести до первенства мира. Проведенные бои должны быть зафиксированы в боевом листке». Наряду с этим устанавливаются также и нормативы, по которым будет проводиться проверка физической подготовленности. Последняя считается нормальной при выполнении следующих требований:

№	упражнения	мужчины	женщины
1	Бег 60 м	8,0 сек	9,3 сек
2	Прыжок в длину с места	255 см	210 см
3	Тройной прыжок с места	770 см	720 см
4	«Шпагат» с допускаемой высотой нижней точки ног от пола	20 см	0 см
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	25 раз	6 раз

Сильнейшим фехтовальщикам вменяется в обязанность строгое соблюдение гигиенического режима с обязательным выполнением ежедневной утренней гимнастики, дополнительные занятия другими видами спорта (по выбору спортсмена и рекомендации тренера), расширение теоретических знаний в фехтовальном спорте, повышение общеобразовательного и идейно-политического уровня, изучение и совершенствование иностранного языка.

Для правильного построения и осуществления годовой тренировки необходимо составлять следующие примерные перспективные планы:

- 1) общий годовой план работы коллектива;
- 2) индивидуальный годовой план тренировок;
- 3) индивидуальный месячный план тренировок;
- 4) недельный тренировочный цикл;
- 5) план каждого занятия с конкретными указаниями методических средств и упражнений.

Примерный общий план работы со спортсменами-фехтовальщиками коллектива _____ на _____ год

Январь

Основное направление работы: совершенствование основной техники и, главным образом, простых действий; специальная работа над улучшением чувства оружия и техники передвижений; повышение общего и специального уровня физической подготовленности.

Главные средства: групповые и индивидуальные упражнения для улучшения управления оружием и техники передвижений перед зеркалом, у мишени, с партнером на шлифовку основных действий, уроки у тренера технической направленности; учебные бои технической направленности.

Участие в соревнованиях: отборочные для определения кандидатов в сборную команду города; для младших разрядов классификационные состязания по видам оружия.

Февраль

Основное направление работы: совершенствование техники простых и сложных действий; привить умение выбора момента для действий и акцентирование финишного усилия и легкости переходов в схватках из простых действий; шлифовка техники управления оружием; совершенствование физической подготовленности.

Главные средства: индивидуальная и групповая работа на мишенях, перед зеркалом, упражнения с партнером технической направленности; индивидуальные уроки тренера, взаимуроки; учебные бои технической направленности; работа над отстающими физическими качествами.

Участие в соревнованиях: контрольные соревнования для десяти сильнейших по видам оружия.

Март

Основное направление работы: совершенствование простых и сложных действий; усиленное внимание к овладению чувством темпа и способностью «видеть» действия противника; совершенствование индивидуальной манеры боя; работа над завершающими движениями.

Главные средства: индивидуальные уроки с акцентом на совершенствование чувства боя; упражнения с партнером во взаимуроках технической направленности, в простых и сложных действиях и схватках; соревновательные контры; учебные замедленные бои; бои соревновательной направленности.

Участие в соревнованиях: отборочные к ведомственному первенству города, ведомственные городские командные и личные соревнования.

Апрель

Основное направление работы: совершенствование чувства боя (дистанция, время действий, варианты тактики, контратаки и переходы к повторениям, завязывание схваток и выход из боя); увеличение внимания к соревновательным элементам и улучшению личного стиля боя.

Главные средства: индивидуальные уроки тренера — упражнения с партнером тактической и соревновательной направленности: контры, «рипостная игра», учебные бои, соревновательные бои на различный счет.

Участие в соревнованиях: первенство вузов по программе спартакиады вузов.

Май

Основное направление работы: совершенствование манеры боя, работа над боем, совершенствование специальной выносливости, ставя задачей подготовку к спартакиаде вузов, республики и первенству республики.

Главные средства: индивидуальные уроки с тренером тактической направленности (немые уроки, уроки вольного боя); упражнения с партнером тактического и соревновательного характера (контры, «рипостная игра», бои).

Участие в соревнованиях: внутренние соревнования личные и командные, товарищеские встречи с другими коллективами, первенство города.

Июнь

Основное направление работы: специальная подготовка к соревнованиям, совершенствование манеры боя,

работа над выносливостью.

Главные средства: индивидуальные уроки тактической направленности, упражнения с партнером тактического и соревновательного характера; учебные и вольные бои.

Участие в соревнованиях: первенство республики.

Июль

Основное направление работы: совершенствование техники и индивидуальной манеры боя, специальная работа по устранению недостатков, выявленных соревнованиями.

Главные средства: индивидуальные уроки технической направленности и совершенствования излюбленных приемов, выбора момента и вариативности действий. Упражнения с партнером тактического и соревновательного характера; бои разной длительности и интенсивности для развития специальной выносливости.

Участие в соревнованиях: контрольные соревнования десяти сильнейших по видам оружия, товарищеские встречи с другими коллективами.

Август

Основное направление работы: совершенствование спортивной формы, работа над излюбленными приемами, над специальной выносливостью, исправление мелких недостатков, выявленных соревнованиями. Отдых.

Главные средства: индивидуальные уроки тренера; упражнения с партнером технической и соревновательной направленности; значительное количество учебных и соревновательных боев; легкоатлетические упражнения на стадионе.

Участие в соревнованиях: финал спартакиады вузов СССР. Участие в первенстве СССР.

Сентябрь

Основное направление работы: подготовка к первенству мира для сильнейших, для остальных работа на местах технической направленности и над совершенствованием физической подготовки.

Главные средства: индивидуальные уроки технической направленности, взаимоуроки, упражнения с партнером технической направленности, учебные и вольные бои, работа в зале и на площадке над развитием физических качеств.

Участие в соревнованиях: первенство мира (для сильнейших); для остальных внутренние соревнования.

Октябрь

Основное направление работы: совершенствование техники всех действий и передвижений; подготовка к участию в турнирах на кубок области и республики; повышение уровня физической подготовленности.

Главные средства: индивидуальные уроки и взаимоуроки, технические и соревновательные контры, «рипостная игра», замедленные бои, соревновательные бои (короткие); работа над физическими качествами (в зале и на стадионе).

Участие в соревнованиях; внутренние соревнования, турнир на кубок области.

Ноябрь

Основное направление работы: совершенствование техники и тактики, развитие специальной выносливости для ведения кубковых боев, работа над индивидуальной манерой боя.

Главные средства: индивидуальные уроки, направленные на боевые действия (выбор момента, чувство скорости, работа над подготавливающими действиями и др.). Совершенствование техники управления оружием и передвижений в самостоятельной работе.

Участие в соревнованиях: турниры на кубки республики и СССР.

Декабрь

Основное направление работы: совершенствование физических качеств и технической подготовленности.

Главные средства: групповые и индивидуальные упражнения на совершенствование техники управления оружием и передвижений с акцентом на работу над выпадами и бросками из разных исходных положений; технические контры в парах; взаимоуроки на шлифовку элементов разных действий; индивидуальные уроки у тренера; учебные бои с решением технических задач; развитие физических качеств, особенно гибкости и силы.

Участие в соревнованиях: контрольные соревнования для сильнейших города.

Примерный индивидуальный план тренировок на _____ год _____ тов. _____

В плане рекомендуется освещать следующие вопросы: Исходные данные: занимается фехтованием с _____ года, член сборной команды города, общества, республики, Советского Союза; опыт участия в ответственных соревнованиях; лучшие результаты; результаты в соревнованиях прошлого года.

Положительные качества: физическая подготовка; спортивно-техническая подготовка; волевые качества; отношение к тренировке; поведение в соревнованиях; стабильность результатов.

Недостатки: в физической подготовке; в спортивно-технической подготовке; в манере боя; в волевой подготовке; в совершенствовании; в работе над выполнением заданий тренера.

Над чем следует работать: в физической подготовке; в спортивно-технической подготовке; в моральной и

волевой подготовке; в повышении общеобразовательного и идейного уровня.

Ожидаемый результат в крупнейших соревнованиях: предполагаемое место в соревнованиях на первенство города, общества, фвспублики, Советского Союза.

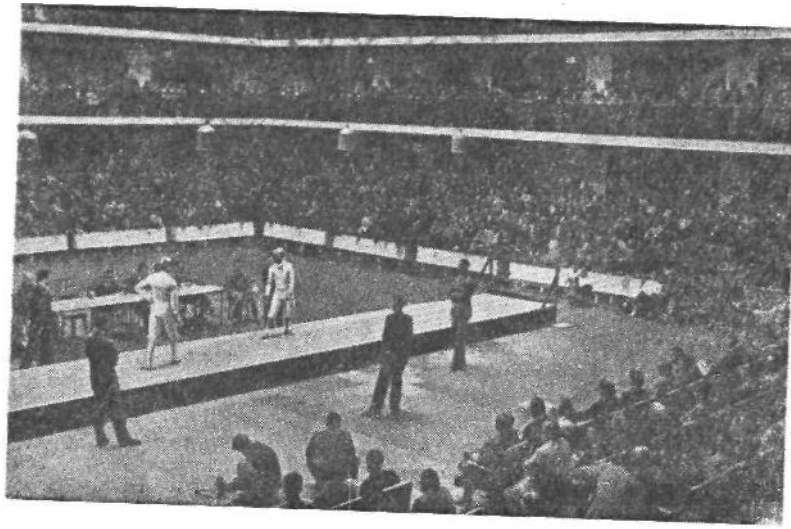


Рис. 232. Первенство мира 1955 г. в Риме. Бой на саблях: слева — П. Ковач (Венгрия); справа — Я. Рыльский (СССР)

Примерный индивидуальный месячный план учебно-тренировочной работы мастера спорта (перворазрядника) тов. _____ на январь 19 __ года

Основное направление учебно-тренировочной работы.

Совершенствование техники основных приемов и действий; улучшение общей физической и специальной физической подготовленности; повышение уровня специальных знаний по фехтованию.

Конкретные указания тренера над чем работать:

В специальной тренировке по фехтованию: исправить широкие движения при защитных действиях и сократить амплитуду движений в лучезапястном суставе; использовать для этого самостоятельную работу перед зеркалом, упражнения в парах и взаимоуроках, выполняя многократно защиты отведением и отбивом с фиксацией конечного положения, стараясь делать возможно более легкие и точные движения клинком с раскрепощением мышц плеча.

В защитных действиях выполнять многократно три основных варианта защит на месте со средним положением руки, с шагом назад с более отодвинутым оружием, с шагом вперед с приближенным положением руки с оружием.

В ответных действиях следить за прямолинейностью движения оружия и кисти; выполнять большинство прямых ответов с оппозицией и без потери соединения; из каждой защиты делать ответ прямо, с переводом, с задержкой, с разным положением руки при ответе — средним распрямлением, максимальным вытягиванием, согнутой рукой, используя для этого различные дистанционные положения.

В атакующих действиях: основное внимание уделить выполнению простых атак с разных дистанций, применяя для этого полувыпады, выпады средней величины, максимально длинные выпады, выпады со скольжением сзади стоящей ноги вперед (вместо шага и выпада). Обратить внимание на отработку толчка левой ногой при посылке на выпад и на свободное положение плеч и всего корпуса при конечном движении. Добиваться, чтобы движение оружия вперед было совершенно свободным при полном раскрепощении руки и с соблюдением максимально короткого пути до цели с ускорением в конце движения. При возвращении в боевую стойку не допускать небрежности и выполнять движения, как боевой и важный элемент. Овладеть всеми способами прямых уколов, т. е. без соединения, со скольжением но оружием, с оппозицией (с подавлением клинка противника).

Развивать способность к продолжению боевых действий, завязывая схватки из атакующих и защитных действий. Тренировать изменение скорости при схватках от замедленных движений к резким убыстрениям, от максимальной скорости к приостановке или замедлению и последующему действию с изменением линии и пр.

При проведении учебных боев исключить действия в темп для закрепления и совершенствования защитных рефлексов, как важнейших для фехтовальщиков.

В учебных боях использовать бои в замедленном темпе для развития чувства ориентировки и способности к сознательному обыгрыванию противника лучшим ведением оружия. Провести не менее 20 соревновательных боев.

В тренировке по повышению общей и специальной физической подготовки обратить особое внимание на развитие гибкости, выполнять специальные упражнения для увеличения амплитуды движений в тазобедренных и плечевых суставах; использовать для развития силы упражнения в приседаниях и выпрыгиваниях из разных положений приседа; использовать в конце каждой тренировки специальные упражнения с легкими гантелями и штангой; ввести в ежедневную гимнастику упражнения на гибкость, укрепление и развитие

мышц предплечья с использованием гимнастической палки, малых мячей; не менее 5 мин. в каждой тренировке работать со скакалкой. Два раза в неделю заниматься по 60—80 мин. упражнениями общей физической подготовки, исключив в эти дни тренировку по фехтованию; в эти же дни делать двух-трехчасовые прогулки пешком, на лыжах или катание на коньках.

По совершенствованию теоретических знаний и французской терминологии: сдать зачеты и экзамены в вузе с оценкой не ниже чем на «хорошо».

Сдать специальный зачет по знанию французской терминологии по судейству и по наименованию фехтовальных действий.

Примерный недельный тренировочный цикл

1-й день:	Общая и специальная разминка	20—25 мин
	Упражнение в технике передвижения	10—15 мин
	Упражнения для совершенствования техники управления оружием	15—20 мин
	Упражнения с партнером по заданию	30—40 мин
	Индивидуальный урок тренера	30—35 мин
	Учебные бои с заданиями технического характера	25—30 мин
	Упражнения для совершенствования физических качеств	20—35 мин
	Длительность занятия	150-200 мин
2-й день:	Занятия для развития и совершенствования физических качеств в зале, на манеже, на площадке, на катке, в лесу и пр. с включением бега, прыжков, игр с мячом, специальных упражнений на гибкость, быстроту, силу	90—120
3-й день:	Общая и специальная разминка	20—25
	Упражнения у мишеней	10—20
	Совершенствование техники передвижений	10—15
	Упражнения с партнером	30—40
	Индивидуальный урок у тренера	35—40
	Учебные бои по заданию	25—30
	Упражнения для развития физических качеств	20—30
	Длительность занятия	150—200
4-й день:	Так же, как во второй день или после хорошей общей разминки, игра в баскетбол, футбол, хоккей или другие спортивные игры	90—120
5-й день:	Так же, как в первый или во второй день.	
6-й день:	Отдых	
7-й день:	Отдых.	

В ряде случаев при проведении шестого и седьмого дней недельного цикла могут быть изменения. Вместо отдыха будут разного рода соревнования по фехтованию или по нормативам физической подготовки в зависимости от периода тренировки и подготовленности спортсменов. В основном периоде и между соревнованиями в недельном цикле может быть 4—6 занятий по фехтованию. В некоторых случаях могут проводиться дополнительные занятия, специально назначаемые тренером. В этих занятиях после разминки фехтовальщик получает индивидуальный урок, проводит учебный или соревновательный бой с партнером или тренером и после небольшого количества упражнений в растягивании, расслаблении или со скакалкой заканчивает тренировку.

В некоторых случаях можно проводить добавочные тренировки, когда ученик приходит специально получить урок у тренера, а остальную часть тренировки проводит в другое время или в другой день. Такие индивидуальные тренировки проводятся в случаях необходимости специализированной подготовки спортсмена к соревнованиям, решительного исправления значительного недостатка, необходимости усиления тренировочного режима. Эти тренировки не являются правилом, но все же имеют место в учебно-тренировочной работе сильнейших фехтовальщиков, и об этом нужно знать тренеру и спортсмену.

Пожалуй, самым важным, решающим, фактором в планировании и осуществлении тренировки является полная сознательность и целенаправленность фехтовальщика в проведении каждого отдельного занятия. Совершенно недостаточно перечислить виды упражнений в тренировке и указать время на их выполнение, как это сделано в недельном тренировочном цикле. Это дает только общее представление о работе и нагрузке в занятиях.

Часто фехтовальщики приходят на занятия, не имея точного представления о направлении и объеме работы над конкретным приемом или действием, над тем или иным качеством. В этих случаях они получают в основном количественную нагрузку со значительными потерями в качестве тренировки.

При тренировке фехтовальщиков старших разрядов одним из важнейших и наиболее эффективных средств является индивидуальный урок у тренера, который они берут в установленной тренером очередности. Тренер, сосредоточивая все внимание на работе с одним спортсменом, не имеет возможности сладить за тренировкой остальных фехтовальщиков, и ему приходится целиком полагаться на сознательность и грамотность учеников, которым предоставляется самостоятельность в выполнении заданий. В ряде случаев эта самостоятельность не дает

должного эффекта. Предоставленные себе фехтовальщики порой сводят всю тренировочную работу к незначительному количеству упражнений на мишенях и в передвижениях, а главное время уделяют боям, которые чаще всего принимают соревновательный характер, без направленности на воспитание и совершенствование какого-либо важного качества. Не имеющие достаточно воспитанного трудолюбия могут сводить тренировку к ожиданию индивидуального урока у тренера и выполнению упражнений, наиболее приятных фехтовальщику. Этого явно недостаточно. Для планомерного развития необходимых качеств должна быть определена конкретная задача и средства для ее разрешения в каждом элементе тренировки. Все эти обстоятельства требуют очень внимательного отношения к построению отдельного тренировочного занятия, где упражнения должны быть целенаправлены и точно дозированы.

Таким образом, содержание недельного цикла должно быть расшифровано в плане отдельного тренировочного занятия.

Примерный план тренировочного занятия фехтовальщика-рапириста

Период подготовительный

Задачи: совершенствование основной техники, и в частности простых действий.

1. Общая разминка — 8 мин.
2. Специальная разминка — 12 мин.
3. Совершенствование техники передвижений: — 10 мин.
 - продвижение шагами вперед на расстояние в 10—12 м и возвращение шагами назад — 3 раза
 - движение вперед, поочередно делая маленький и большой шаги на расстояние 10—12 м, и возвращение назад в том же порядке — 2 раза
 - шаг вперед, шаг назад, полувывад и закрыться — 20 раз
 - то же, но с полным выпадом — 15 раз
 - из боевой стойки полный выпад и закрыться — 15 раз
 - шаг вперед и полувывад, закрыться — 20 раз
 - шаг вперед и полный выпад полной скоростью — 40
 - шаг и полувывад, закрыться, скачок назад — 15 раз
 - произвольные безостановочные передвижения с полувывадами, выпадами, бросками, повторениями выпадов после
 - полувывадов — 2 раза, по 1 мин.
4. Упражнения на мишени — 10 мин.
 - уколы с места из 6, 4, 7, 8, 2-й позиций — 40 раз
 - уколы с шагом вперед из разных позиций — 30 раз
 - уколы с полувывадами — 20 раз
 - уколы с выпадом — 20 раз
 - уколы с повторениями при отходе, выполняемые на фоне различных движений оружием и передвижений — 20 раз
 - уколы с шагом вперед и выпадом полной скоростью — 10 раз
 - уколы с выпадом из дальней дистанции с подтягиванием сзади стоящей ноги — 10 раз
 - уколы с выпадом и с фиксацией в конечном положении — 10 раз
5. Упражнения с партнером:
 - защитные действия: 4-я и ответ прямо после маленькой паузы для проверки точности защиты — 20 раз
 - то же, в 6-й — 20 раз
 - то же, в 7-й — 20 раз
 - то же, в 8-й — 20 раз
 - Атаки прямые, с переводом на открывание и перемену линии и соединения с полувывадами — 30 раз
 - защиты круговые 6, 4, 7-я и ответы прямо — по 15—20 раз
 - схватка в защитах 4 — прямо, 4 — прямо — 15 раз
 - то же в 6-й линии — 15 раз
 - схватка после атаки, стоя на выпаде 4-я или 6-я и контрответ — 15—20 раз
 - риностная игра без выпадов из простых действий — 3—5 мин.
6. Индивидуальный урок у тренера — 30 мин
планируется тренером
7. Учебные бои:
 - в замедленном темпе — 5 мин
 - в боевом темпе 2 боя — 10 мин
8. Упражнения для развития физических качеств: 25—30 мин
 - со скакалкой — 5—6 мин
 - сгибание рук в упоре лежа — 20 раз
 - растягивание мышц задней поверхности ног, наклоны с ногами врозь — 20 раз
 - махи ногами полной амплитудой вперед, назад и в стороны по 20 раз в каждую сторону
 - растягивание в шпагат и покачивание в нем — 6—8 раз

- расслабление мышц плечевого пояса — 3 мин.
- прыжки в высоту с разбега в 5 шагов, отталкиваясь попеременно левой и правой ногой — 10 раз
- расслабление мышц ног — 3—4 мин.

Фехтовальщик может проводить эти упражнения в разной последовательности, делая перерывы для отдыха разной длительности в зависимости от интенсивности. Все упражнения должны выполняться на протяжении нескольких занятий, а затем их дозировка может изменяться в сторону увеличения или уменьшения.

Перспективные годовые общие и индивидуальные планы тренировочной работы составляет тренер и обсуждает их со спортсменом. После согласования основных вопросов эти планы принимаются к действию и служат основанием для планирования работы на ближайшие периоды. Индивидуальный перспективный план должен быть заготовлен в двух экземплярах: для тренера и для фехтовальщика. Месячный индивидуальный план разрабатывает тренер вместе со спортсменом. Недельный тренировочный цикл и план отдельного занятия составляет фехтовальщик и представляет тренеру для согласования и утверждения.

Фехтовальщики высших разрядов должны вести дневник тренировок, который отражает их повседневную тренировочную работу и содержит анализ участия в соревнованиях. Учет количества проведенных боев ведется в специальном «боевом листке» спортсмена, где отмечается каждый бой в официальных соревнованиях и его результат. Состояние здоровья спортсмена и его антропометрические показатели контролируются посредством регулярных медицинских осмотров во врачебно-физкультурных диспансерах.

Принимая во внимание громадное влияние соревнований на формирование личности спортсмена и на его воспитание, тренер должен развивать у своих учеников чувство ответственности перед каждым боем, независимо от масштаба и состава участников соревнования. На все соревнования, в том числе и на тренировочные в своем коллективе, спортсмен обязан являться в полной аккуратной спортивной форме и соблюдать все правила спортивной этики. Следует воспитывать у спортсменов ясное понимание того, что в фехтовании нет мелочей и каждая, на первый взгляд незаметная, небрежность может перейти в значительную ошибку и отрицательно влиять на дальнейшие выступления.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ С ФЕХТОВАЛЬЩИКАМИ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

Организация и методика проведения занятий с детьми и юношами основывается на общих для всех педагогических и методических положениях. Так же как и для взрослых, основной организационной формой занятий является групповой урок. Обучение юных спортсменов также проводится по разделам физической, технико-тактической и морально-волевой подготовки. Однако некоторые особенности возрастных групп требуют специальных указаний.

Для юных фехтовальщиков занятия фехтованием должны в первую очередь обеспечивать правильное развитие физических и моральных качеств, и только после этого можно говорить о достижении определенного спортивного мастерства. Поскольку, согласно существующему положению, юным спортсменам не разрешается заниматься в нескольких секциях одновременно, преподаватель фехтования должен полностью обеспечивать их гармоническое развитие и воспитание. При этом следует учитывать возрастные особенности детей и юношей. Программы юношеских спортивных школ предусматривают три возрастные группы: младший возраст (13—14 лет), средний (15—16 лет) и старший возраст (17—18 лет).

Юноши и девушки младшего возраста. В этом возрасте начинается половое созревание, которое накладывает отпечаток на физическое развитие и психику подростков. Возникает несоответствие между бурным ростом тела и замедленным ростом сердечно-сосудистой системы и мышечного массива. Перестройка организма оказывается и на психике. Поведение делается неровным, отмечается быстрое утомление, неспособность к устойчивому интересу и вниманию. Этот возраст отличается некоторым субъективизмом, неумением оценивать свои силы, обостренной чувствительностью, склонностью к романтизму, частой сменой интересов. Появляется значительная разница в развитии и поведении мальчиков и девочек, заметна некоторая возрастная неуклюжесть, которая малоопытными тренерами иногда рассматривается как неспособность к освоению техники. Подростки значительно легче выполняют упражнения, связанные с быстротой, чем с выносливостью. Большие напряжения, особенно статические, в этом возрасте противопоказаны. Этот возраст требует большой осторожности и чуткости в подборе средств, методов воспитания и физической подготовки. Преподаватель не должен быть особенно требовательным в вопросах точности выполнения сложных фехтовальных приемов и действий. Можно довольствоваться решением задачи овладения общей структурной правильностью движений, что обеспечит в будущем совершенное развитие техники фехтования во всех ее тонкостях.

Фехтование в глазах подростков имеет романтическую окраску, связанную часто с чтением литературы и просмотрами кинофильмов. Если, не учтя этого, сосредоточить главное внимание на малоэмоциональной «технической учебе», то можно вызвать разочарование и новички прекратят посещение занятий. Целесообразнее всего использовать в занятиях метод игры-соревнования, когда интерес постоянно поддерживается разумной постановкой задач быстрейшего овладения приемом его исполнения, когда к оценке привлекаются сами занимающиеся. Главное, чтобы занятия были всегда интересными, насыщенными эмоциями радости и понимания ближайших посильных задач. При правильной организации и методике обучения в этом возрасте уже проявляются способности к хорошему овладению техникой и тактикой фехтования, сознательному и творческому отношению к спорту. Известны довольно многочисленные примеры, когда юные фехтовальщики 13—14 лет показывают хорошее понимание сущности фехтования и хорошую манеру спортивного единоборства.

Следует отметить некоторые особенности начальной организации юношеской группы. У подростков часто

еще не определился конкретный интерес к тому или иному виду спорта, и для привлечения их к занятиям фехтованием нужно прежде всего подготовить место занятий и необходимое количество инвентаря, позволяющее полноценно проводить занятия, с учебной группой в 20—30 человек. Чтобы обеспечить хороший набор занимающихся, нужно провести агитационную разъяснительную работу. В школах, из которых, главным образом, идет пополнение наших молодых резервов, вывешиваются объявления о наборе в юношеское отделение фехтования спортивной школы. В объявлениях сообщаются условия приема. Обязательно нужно связаться с руководством школы и установить полное взаимопонимание с преподавателем физического воспитания, от которого в значительной степени зависит направление юных спортсменов на отделение фехтования. Лучше всего использовать специально организуемые вечера с беседами о фехтовальном спорте, показом фехтования на разных видах оружия хорошими спортсменами. Очень полезно проводить такие вечера с привлечением фехтовальщиков, окончивших эту школу или учащихся в ней. Кроме того, по договоренности с преподавателем физического воспитания проводить краткие беседы с приглашением заниматься фехтованием можно во время уроков физкультуры.

Если юношеские отделения организованы на базе институтов физической культуры, то следует широко использовать актив студентов, и в частности педагогическую практику в школах. При приеме на отделение фехтования спортивной школы нужно провести предварительный отбор личного состава учебной группы с учетом данных врачебного контроля, успеваемости в школе и показателей физической подготовленности, определяемой по специальным нормативам. Такие нормативы может установить тренер, включив в них проверку качеств быстроты, ловкости и гибкости. Делается это не только для выявления наиболее способных к фехтованию юношей и девушек, но и для поднятия усердия их на уроках физкультуры.

Обычно на первые занятия является много желающих. Это еще далеко не означает стойкого интереса к фехтованию. Иные приходят из любопытства, «попробовать», «за компанию» с товарищем и т. д. Таким образом, всегда имеется возможность, сразу набрать группу в 16—20 человек. Однако спешить с установлением состава группы не следует, так как через несколько занятий может быть значительный отсев по разным причинам и приход новых желающих.

Опыт показывает, что первоначально следует допустить на занятия всех желающих, если они соответствуют требованиям, и на протяжении, например, месяца проводить организационные уроки. За это время преподаватель должен постараться установить состав группы (или групп) и возбудить у занимающихся интерес к фехтованию и к занятиям физическими упражнениями. Этот период является очень ответственным, и не всегда малоопытные тренеры могут с честью провести его. Неумелое проведение первых занятий может повлечь за собой слишком большой отсев. К каждому уроку нужно тщательно готовиться, продумывать его во всех подробностях, вплоть до отдельных словесных выражений и жестов.

Очень многое зависит от первого впечатления, произведенного на новичков тренером и построением занятий. Они должны импонировать занимающимся, привлекать их, вызывать желание подражания и стремление к регулярным занятиям. Первые уроки могут быть весьма мало насыщены фехтованием, о котором даются только самые элементарные представления. Главный акцент делается на упражнения общеразвивающего и игрового характера, которые должны заинтересовать новичка и позволить преподавателю ознакомиться с ним. Вообще на занятиях с младшей группой юношей и девушек не следует форсировать обучение фехтованию. Необходимо большое внимание обращать на привитие любви к спорту, к здоровью, красивым движениям, борьбе за высокую спортивную культуру и культуру поведения.

Овладение фехтовальной техникой представляет значительные затруднения, особенно на первых порах, а необходимость статических напряжений бывает малопривлекательной и утомительной. Нужно очень внимательно подходить к дозировке упражнений, чтобы не отпугнуть новичков излишней требовательностью и утомительными вначале однообразными позами фехтования. Вредно форсировать в раннем возрасте достижение спортивных результатов, чем страдают многие молодые преподаватели. Следует ориентироваться на многолетнее спортивное совершенствование. Фехтовальные успехи обычно приходят к 18—20-летнему возрасту, т. е. после трех или четырех лет занятий. Интересен вопрос об избрании вида оружия для юных фехтовальщиков и специализации на нем. Многие отечественные и иностранные тренеры рекомендуют начинать обучение фехтованию обязательно с рапиры. Рапира, мотивируют они, дает наиболее общие для всех видов фехтования навыки и умения и предъявляет на первых порах невысокие требования к физической подготовленности. Эти тренеры говорят о необходимости занятий рапирой 2—3 года и только после такого длительного срока допускают возможность специализации на другом спортивном оружии.

Существует и другая точка зрения, утверждающая возможность начала занятий с любого вида фехтования и ранней специализации в нем. Несомненной является только необходимость предварительной разносторонней подготовки для дальнейшей специализации по фехтованию на шпагах, и в этом расхождении мнений тренеров нет.

Мы полагаем, что начинать обучение фехтованию можно с любого вида оружия, так как фехтование на саблях (эспадронах) и на ружьях (карабинах) имеет мало сходного с фехтованием на рапирах и шпагах по характеру и форме движений. После овладения основами фехтования на одном из видов оружия юные фехтовальщики должны ознакомиться и с другими видами, а избрание того или иного вида для длительной специализации следует отнести к 17—18-летнему возрасту, т. е. когда появится возможность более точно определить истинные склонности и способности. До наступления этого возраста следует рекомендовать и соревнования на всех видах оружия, что должно обогащать занимающихся разнообразными фехтовальными двигательными и тактическими навыками и умениями и расширять круг знаний по фехтованию.

Основной формой проведения занятий с юношами всех возрастов является урок группового обучения, в котором используются все рекомендуемые и для взрослых средства обучения и тренировки. При этом следует

обратить внимание на особенности работы, связанные с возрастом. Прежде всего это относится к регламентации нагрузки и выбору средств. Индивидуальное обучение может быть использовано только как эпизод для контроля или помощи и невозможно как основное средство из-за многочисленности учебной группы и недостаточной подготовленности занимающихся для полноценного выполнения самостоятельных заданий. Основным методом обучения — парные упражнения.

В этих упражнениях постепенно должны занять значительное место взаимные уроки на выполнение узких заданий, поставленных тренером.

По сравнению со взрослыми и старшими юношами большее место в занятиях с фехтовальщиками младшего возраста занимают упражнения под команду. На первых порах это связано с неспособностью занимающихся сохранять дисциплину и сознательно добиваться полноценного эффекта в выполнении заданий. По мере роста сознательности и организованности доминирующее значение приобретут и самостоятельные парные упражнения и взаимоуроки (рис. 233).

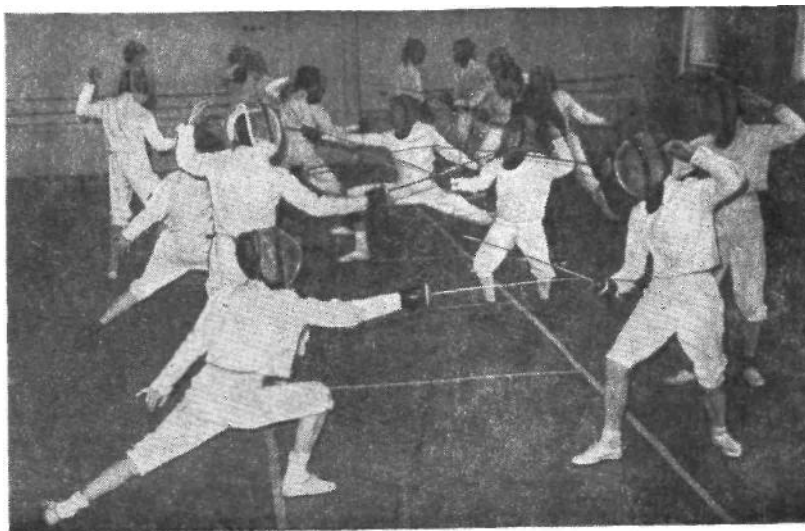


Рис. 233. Парные упражнения

Важно добиться сознательного выполнения роли обслуживающего партнера, что вначале достигается с трудом. Для этого нужно поручать наблюдение и помощь партнеру, чтобы повысить интерес и ответственность не только за свои действия, но и партнера.

Главной задачей должно являться привитие правильных навыков о основных приемах без большой требовательности к точности выполнения и (быстроте действий). Особое значение имеет соблюдение принципа доступности и постепенности.

У юных фехтовальщиков всегда ярко выражается стремление к самому бою, на которой они «срываются» при малейшем ослаблении внимания преподавателя. Вместе с тем это естественное стремление нужно удовлетворять во избежание снижения интереса и эмоционального тонуca. Давать легкие боевые задания на проведение учебных боев можно и нужно, но при этом необходимо обуславливать их соблюдением правильной техники фехтования. Например, при ведении боя можно не засчитывать уколы, искажающие технику, при проявлении ненужного азарта можно наказывать отстранением от боя на 2—3 мин. и т. п.

Максимальные тренировочные нагрузки, рекомендуемые для старших юношей и взрослых, давать нельзя, принимая во внимание неполноценность физического развития. Длительность занятий на протяжении первых 2 месяцев не должна превышать полутора часа, и только потом постепенно она доводится до двух часов.

Большое значение имеют упражнения, направленные на правильное физическое развитие и на корригирование асимметричности фехтовальных движений и положений. Здесь следует неукоснительно применять систематические упражнения в левосторонней стойке (для левшей — в правосторонней), уделяя им на протяжении всего обучения не менее 40% времени. Во всех упражнениях должно быть обращено постоянное внимание на воспитание правильной осанки, что является непременным условием для нормальной работы внутренних органов.

Для поддержания интереса в занятиях широко используются различные соревновательные упражнения как фехтовального характера, так и общеразвивающие соревнования на лучшее выполнение приема, на выполнение сложных координационных движений, простые формы борьбы, комбинированные эстафеты и пр.

Примерный урок фехтования на рапирах для младшей возрастной группы занимающихся второй месяц

Части урока	Содержание	Дозировка	Методические указания
Вводная 20	Общая разминка		
	1. Построение: рапорт, пере кличка		

мин.	2. Строевые упражнения: равнение, смирно, повороты направо, налево, кругом	2—3 мин.	
	3. Ходьба строевым и походным шагом в обход зала через центр, по диагонали, змейкой	1—2 мин.	
	4. Упражнения во время ходьбы: на носках, руки вверх и за голову; по четыре шага на носках, на пятках, носки внутрь и наружу с положением рук на поясе; из положения руки перед грудью на каждый шаг рывки руками назад (два раза согнутыми руками — два раза распрямив руки); высоко поднимая колени; полувыпадами с широкими попеременными взмахами рук вверх и назад, с поворотами тела	1 — 2 мин.	
	5. Бег: обычный, с высоким подниманием коленей, посылая прямые ноги вперед, то же, назад; «семенящий» бег — по сигналу делать прыжок и скоростные броски на 5—6 шагов по внезапному сигналу; переход на ходьбу	40—60 сек.	
	6. Ходьба по кругу с размыканием на дистанцию 2 шага; остановка, поворот с подниманием рук в стороны для проверки интервалов	15-20 сек.	
	7. И. п. — руки к плечам: приседание на один счет — руки поднять вверх; на второй счет вернуться » исходное положение	8—10 раз	
	8. И. п. — основная стойка: приседание на полной ступне («раз» — присесть, «два» — выпрямиться)	6—8 раз	
	9. И. п. — ноги врозь на ширине плеч, руки вверх: с наклоном достать пол руками, на второй счет выпрямиться в исходном положении	6—8 раз	
	10. И. п. — строевая стойка: на счет «раз» — присесть в упор, колени между рук; на «два» — откинуть ноги назад до упора лежа сзади; на «три» — вернуться в упор присев; на «четыре» — исходное положение	4—6 раз	
	11. И. п. Готовность к бегу: имитация бега одними руками в заданном темпе	15—20 сек.	
	12. И. п. — левая нога сзади на носке, руки вперед: поочередно махом прямой ногой вверх доставание противоположной руки	10-12 раз	
	13. И. п. — строевая стойка: подскоки ноги врозь — вместе, руки в стороны-вниз (на каждый счет менять положение)	15—25 сек.	
	14. Покачивание в выпадах на правой и левой ногах, сменяя положение через 4 счета	4—6 раз	
	15. И. п. — положение боевой стойки, руки свободно: по сигналу подпрыгнуть вверх, ударить ногой об ногу и вернуться в боевую стойку; то же, стараясь два раза ударить ногой об ногу	8—10 раз	
	16. «Семенящий» бег по кругу	20—30 сек.	
	Специальная разминка		
1. Передвижение шагами вперед, а затем назад по команде тренера	2—3 мин.	Обратить внимание на легкость передвижения, на сохранение горизонтального положения плеч	
2. Передвижение шагами вперед на расстояние 8—10 м в виде соревнования на скорость; то же, шагами назад	2 раза		
3. Выпады с покачиванием книзу два-три раза и возвращение в боевую стойку; то же, в другую сторону	4—6 раз		
4. Передвижение вперед и назад с сохранением дистанции до тренера	30—40 сек.	Тренер перед шеренгой, делает передвижения в боевой стойке, следя за правильностью дистанции, и по условному движению руки требует указанных движений	
5. На сигналы тренера — передвижение шагами вперед и назад разной величины, выпады, скачки назад	40—60 сек.		
С оружием			
1. Передвижения шагами вперед и назад с изменением позиций 4, 6, 7-й; показ укола, выпад	2—3 мин.		

	2. Делая три маленьких шага вперед, постепенно выдвигать оружие до предела; делая три шага назад, постепенно убирать оружие до положения боевой стойки	1—2 мин.	
	3. Обозначение укола с выпадом, уходя с выпада, брать поочередно 6, 4, 7-ю позиции	12—16 раз	Сначала по команде, потом на опускание оружия; закрывание сопровождается показом своего укола
	4. Все перечисленные упражнения проделать в левой стойке (для левши — в правой)		
	5. Упражнения в расслаблении мышц нижних конечностей	1 мин.	
Основная 45-50 мин.	Упражнения на мишенях		
	1. Уколы с места на ближней дистанции	1—1,5 мин.	Выполняются по команде раздельно и затем серийно под счет тренера
	2. Уколы с места с полувыпадом; то же, с полным выпадом; то же, чередуя с различными позициями при возвращении в боевую стойку	20 раз	
	3. Уколы с шагом вперед и выпадом, делая на шаг вперед изменение позиций 4, 6, 7-й	10—12 раз	Следить за началом движения оружия и сохранением кратчайшего пути, а также свободным положением плеч при уколе
	4. Все перечисленные упражнения сделать в левой стойке (для левши — в правой).	2—3 мин.	
	Упражнения в парах		
	1. Имея 6-е соединение, передвигаться вперед и назад, сохраняя среднюю дистанцию	1—2 мин.	Сначала по команде, потом самостоятельно. Тренер указывает ведущего
	2. Передвигаться, сохраняя дистанцию, и менять соединения в 4-е и в 6-е	1—2 мин.	
	3. На открывание линии — прямые уколы на ближней дистанции, потом с выпадом	2—4 мин.	По команде тренера поочередно. Сначала по команде, потом самостоятельно по заданию
	4. На нажим партнера в 6-ю делать перевод во внутреннюю линию; то же, из 4-го соединения на нажим делать укол с переводом в линию 6-й	2—3 мин.	
	5. На показ прямого укола закрываться: 4-й или 6-й защитой отводом; то же, закрываться отбивом; то же, с шагом назад	2—4 мин.	Сначала по команде для колющего, потом самостоятельно по заданию.
	6. То же, но после защиты делать ответный укол прямо	2—3 мин.	
	7. Стоя в 4-м соединении, делать легкие удары (батманы) в 4-ю; то же, из 6-го соединения; то же, сопровождая каждый удар маленьким шагом вперед	2—3 мин.	По команде под счет
	8. Из положения вне соединения внутри сделать легкий батман в 4-ю и укол прямо; сначала на ближней дистанции, потом с полувыпадом, потом с выпадом	2-3 мин.	
	9. На укол партнера с переводом в 4-ю сделать защиту 4-ю и ответ прямо, на повторный укол еще раз взять 4-ю и снова ответить прямо; то же, с шагом назад;- то же, в 6-й линии	3-4 мин.	Сначала по команде для колющего, потом самостоятельно
	10. На перемены позиций и соединений партнера атаки с выпадом прямо, с переводом в 6-ю или 4-ю линию; то же, в передвижении шагами назад и вперед	2—4 мин.	
	11. Соревнование на выполнение атаки с переводом из 6-го соединения; то же, из 4-го соединения	10 атак	Сначала установить дистанцию для атаки с выпадом и дать три пробные атаки
	12. Поочередные атаки с переводом и прямо без потери соединения	10—16 атак	
Заключительная 20— 25 мин.	1. Уборка оружия, масок и нагрудников	1—2 мин.	
	2. Указания по проведенному материалу	3—4 мин.	
	3. Ходьба в колонне по одному с перестроением в колонну по два расхождением и сведением (через центр)	2—4 мин.	
	4. Легкий бег с перепрыгиванием через рапиру на высоте 50—60 см	5—6 прыжков	
	5. Легкий бег с принятием по условному сигналу положений: сидя на полу, стоя на одной ноге, в группировке (свернуться «в комочек»), положение «смирно» и др.	2—3 мин.	Сигналами служат хлопки в ладоши, возглас, свисток сирены и пр.
	6. Соревнование. Стоя попарно в двух шеренгах (один за другим), по сигналу перепрыгнуть прыжком с опорой на	1—2 мин.	

руки, ноги врозь через партнера, который стоит на два шага впереди в положении ноги врозь, упираясь руками в бедра и наклонив голову, и вернуться назад, пролезая между ног партнера		потом партнеры меняются местами
7. Эстафета командная: стоя в двух колоннах, первые бегут 10 м, перепрыгивают через планку, положенную на сиденья двух стульев, снова бегут 5—10 м, оббегают вокруг стула, на обратном пути подлезают под планку и, добежав до своей колонны, касаются впереди стоящего и становятся в хвост колонны. Впереди стоящий после касания бежит и повторяет все вышеуказанное. Выигрывает колонна, которая раньше построится в первоначальное положение.	4—5 мин.	Проводится два раза и в случае ничейного результата еще раз. При неравном количестве в колоннах тренер назначает, кому бежать дважды. Следить за соблюдением правил и назначить штрафные очки за их нарушение
8. Ходьба с выполнением строевых движений по сигналу: по сигналу — остановиться, повернуться кругом, направо, налево, продолжать движение; остановиться, сделать приставной шаг вправо, влево, повернуться кругом, продолжать движение	2—3 мин.	
9. Объявления, замечания, прощальное приветствие, выход из зала строем	3—4 мин.	

Подобные уроки могут изменяться в зависимости от подготовленности группы и конкретных задач в частях урока. Третья часть может включать и упражнения на гимнастических стенках, скамьях, на канате и пр. и по возможности должна разнообразиться, заканчиваясь упражнениями, способствующими успокоению и организованности занимающихся.

* * *

В занятиях с юношами и девушками старшего возраста чрезвычайно важное значение имеет нравственное воспитание, которое должно осуществляться на протяжении всего учебного процесса. С самого начала обучения необходимо прививать занимающимся навыки организованности, дисциплины, соблюдения правил гигиены, чистоты и аккуратности. Преподаватель обязан воспитывать честных, вежливых, подтянутых учеников, проникнутых чувством товарищества и коллективности. Ему необходимо глубоко проникать в жизнь своих учеников и следить за собой, не допуская непривлекательных, недостойных подражания поступков.

Преподавателю следует установить хороший контакт с родителями учеников, приглашая их на занятия и личные беседы. В некоторых случаях следует проводить собрания родителей для разъяснения задач физической культуры и фехтовального спорта, оказывать в нужные моменты помощь семье по воспитанию. Нужна также связь с общеобразовательной школой, осведомленность об успеваемости учеников и их поведении в школе для того, чтобы, когда потребуется, влиять положительным образом. Неудача школьников полезно временно отстранить от занятий фехтованием. Никогда не следует потворствовать нерадивости, небрежности, как бы ни был способен ученик в спорте.

Занятия с юношами и девушками среднего, возраста. Школьные уроки, участие в общественной жизни и регулярные занятия спортом способствуют более быстрому развитию физических и духовных черт растущего человека, увеличивают его функциональные возможности. У юношей и девушек 15—16-летнего возраста уже выявляются стойкие, а в ряде случаев и углубленные интересы ко всем сторонам жизни. Естественно, что это отражается и на отношении к спорту. Выявляются склонности к определенному виду фехтования, а следовательно, и возможности постепенного перехода к специализации. В этом возрасте ярче проявляются способности к сознательной оценке своих и чужих действий, к анализу техники и тактики, обнаруживаются педагогические наклонности. Юноши и девушки охотно берут на себя обязанности инструкторов и помогают в занятиях с новичками. Их не удовлетворяет только процесс занятий, им хочется поспорить по различным вопросам техники и тактики с товарищами, вникнуть в тонкости фехтования, поделиться своими мнениями с тренером, принять участие в общественной работе.

В физическом развитии, несмотря на довольно бурный рост, уже заметно повышается мышечная сила, увеличивается выносливость. Это создает возможности для проведения спортивной тренировки, в которой могут успешно использоваться и регулярные соревнования. По сравнению с младшим возрастом все большее место начинает занимать тактическая подготовка.

Ведь для 15—16-летних спортсменов уже проводятся официальные турниры и первенства, до всесоюзных включительно.

Нет необходимости задерживать естественное стремление к радости спортивной борьбы при условии соответственного контроля со стороны врача и тренера. Нельзя забывать, что этому возрасту еще не под силу длительные и мощные напряжения, а способности к проявлению выносливости еще только начинают развиваться. Это объясняется еще не полной координацией функциональных возможностей разных систем организма, и в частности некоторым отставанием в развитии сердечно-сосудистой системы.

Допуская в тренировке боевые элементы, соревновательные упражнения и бои (рис. 234), нужно строго дозировать их, а на официальных соревнованиях следить за соблюдением специальных правил, лимитирующих эти нагрузки.



Рис. 234. Учебные бои и судейство

Преподаватель имеет дело еще с далеко не взрослым человеком, бурно растущим и прибавляющим в росте иногда до 10 см в год. При проведении занятий по-прежнему следует заботиться о планомерном и гармоничном развитии физических качеств и об улучшении здоровья. Вместе с тем здесь уже можно предъявлять повышенные требования к технике выполнения приемов и к их тактическому обыгрыванию в упражнениях с партнером и в учебных боях. Особенно необходимо следить за воспитанием инициативы и целенаправленности, привитием навыков к самостоятельному выполнению заданий тренера как и в занятиях в группе, так и в личной жизни и режиме. Этот период является весьма ответственным для дальнейшего формирования личности советского спортсмена и человека.

Нужно очень чутко следить за воспитанием и формированием юноши и девушки. При этом следует учитывать повышенную восприимчивость их и присущее им стремление скорее стать «взрослыми», что может быть связано как с положительным, так и отрицательным подражательством. Именно здесь необходимы хорошие примеры, которые в первую очередь должен подавать тренер и старшие товарищи по спорту. И чем больше юный спортсмен будет находить интересов в жизни спортивного коллектива, тем больше возможностей для правильного воспитания и формирования гармонически развитой личности.

Здесь должны (быть) использованы специальные беседы — личные и проводимые для всех обсуждения вопросов этики и морали, книг и кинофильмов, примеры жизни и поведения выдающихся спортсменов, сопоставление культуры и морали советского и буржуазного общества и т. и.

В тренировочной работе важнейшим условием является соблюдение основных педагогических и физиологических положений: повторности, систематичности, постепенного повышения нагрузок и индивидуального подхода к занимающимся. Нельзя чрезмерно форсировать спортивную подготовку и стремиться к преждевременному достижению высоких результатов. Это будет отрицательно оказываться на дальнейшем физическом росте и может оставить отрицательные следы в нервной и других системах организма. В ряде случаев следует прибегать к так называемому восстановительному отдыху в продолжение 6—8 дней.

Такой отдых предотвращает переутомление юношей, ведущих круглогодичную тренировку по фехтованию и участвующих в ряде соревнований.

Следует правильно решить вопрос о частоте тренировочных занятий. Некоторые научные данные свидетельствуют о необходимости перерыва между занятиями по фехтованию при нормальной нагрузке в них не менее чем на 24 часа, а при усиленных тренировках и соревнованиях не менее чем на 48 часов.

Эти данные вполне соответствуют и нашим наблюдениям над восстановительным периодом в процессе тренировок и после соревнований для среднего и старшего возрастов. Наиболее правильными будут трехразовые тренировки в неделю с обязательными перерывами между ними.

Занятия с юношами и девушками старшего возраста. При правильной предварительной работе в предшествующих возрастных категориях и планомерной систематической тренировке в фехтовании и других видах спорта юноши и девушки 17—18 лет показывают себя способными к высоким тренировочным нагрузкам и большим напряжениям в соревнованиях и в ряде случаев, с разрешения врача, могут участвовать уже в соревнованиях со взрослыми спортсменами. Однако этот возраст является еще только переходным к категории взрослых, и не случайно, в международных соревнованиях для молодежи устанавливается возрастной ценз до 21 года. В этом имеется определенный смысл, так как только к этому возрасту заканчиваются основные процессы формирования организма и достигается нормальная уравновешенность нервных процессов. Привлекая 17—18-летних спортсменов к соревнованиям для ускорения достижения высоких спортивных результатов, не следует забывать о еще неполной устойчивости психики, чем в значительной мере объясняется неровность в спортивных выступлениях, когда наряду с очень высокими результатами наблюдаются спады и неудачи.

В тренировочной работе могут быть уже использованы и максимальные нагрузки с учетом данных врачебного контроля и педагогических наблюдений тренера. После применения в тренировках максимальных нагрузок и после напряженных соревнований необходимо предоставлять отдых для полного восстановления сил.

В физическом, нравственном развитии юношей и девушек имеются весьма существенные отличия, которые необходимо учитывать, чтобы не нарушать важнейшего положения об индивидуальном подходе к занимающимся. Большинство будет приближаться к взрослым спортсменам, но некоторые могут расти медленнее и стоять по своему физическому развитию рядом с 15—16-летними. Ясно, что подход к ним должен быть совершенно другой, особенно в смысле регламентации и (применения средств и методов тренировки. В остальном методика тренировки фехтовальщиков старшего юношеского возраста базируется на общих для всех принципах.

В заключение следует подчеркнуть еще раз необходимость внимательного отношения к вопросам улучшения общего состояния здоровья, планомерного и всестороннего развития физических качеств, а также чрезвычайную важность вопросов нравственного воспитания в формировании личности юного спортсмена — гражданина страны строящегося коммунизма.

ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ С ЖЕНЩИНАМИ

Различие в развитии мужского и женского организма проступает уже с 13—15-летнего возраста и говорит о необходимости (раздельного на первых порах обучения и тренировки. Девочки начинают и заканчивают процесс полового созревания примерно на полтора-два год раньше, чем мальчики, и это обуславливает возрастное различие в физическом и (психическом состояниях.

В силу некоторых физиологических особенностей женщины менее выносливы и менее способны к длительным напряжениям. Нервная система у женщин несколько менее устойчива, и равновесие основных процессов нервной деятельности воспитывается с большими трудностями. Как правило, женщины легче возбуждаются, труднее сдерживаются и приходят в спокойное состояние.

Восстановительные процессы у них также проходят несколько медленнее, чем у мужчин. Это нужно учесть при планировании отдыха после соревнований и при определении длительности и интенсивности тренировок.

В связи с меньшей устойчивостью нервной системы у женщин, девушек чаще приходится сталкиваться с проявлениями нервозности, перемены настроений в короткие сроки, смены симпатий и интересов, потери самообладания при возникающих затруднениях. Привлечь и закрепить на длительный период женскую группу бывает труднее, и отсев в женских группах бывает большим, чем в группах с мужским составом. Все это требует большого внимания, чуткости и осторожности в обращении, несколько меньшей требовательности в вопросах точности и своевременности действий, в выполнении заданий для самостоятельной работы в парах и взаимоуроках, особенно на первых стадиях обучения. Нужно приложить много усилий и умения, чтобы воспитать устойчивый интерес и создать дружный женский коллектив.

Вместе с тем благодаря меньшей возможности проявления силовых моментов и природной гибкости женщины часто проявляют большую мягкость движений, лучше воспринимают технику приемов и действий и при одинаковых сроках обучения иногда обгоняют мужские группы по качеству выполнения фехтовальных приемов.

Весьма важно внимательно следить за поведением женщин и девушек во время соревнований и за их реакцией на личные результаты. Бывает, что неудача вызывает резко отрицательную эмоциональную реакцию и иногда приводит даже к прекращению тренировок. Здесь нужно умело сгладить остроту впечатлений, остановить внимание на отдельных положительных моментах, пояснить причины и указать на возможность неудач, с которыми обязательно встречаются молодые фехтовальщики.

Систематические тренировки постепенно сглаживают эти отрицательные стороны, содействуя развитию уравновешенности и устойчивости интересов и привычки к занятиям. После двух-трех лет занятий разница в поведении мужчин и женщин в фехтовании почти стирается. Сильнейшие фехтовальщицы показывают одинаковую с мужчинами способность к перенесению режима интенсивных тренировок, а в боях оказывают серьезное сопротивление мужчинам.

Когда коллектив женщин укрепитя и получит достаточную тренированность, возможны и в ряде случаев желательны совместные тренировки, особенно для проведения парных соревновательных упражнений и боев при подготовке к соревнованиям. После тренировок с мужчинами женщины чувствуют себя увереннее во встречах с противниками.

При тренировках нужно повышенное внимание к постепенному повышению нагрузок и длительности сроков втягивания в интенсивную работу. Мышечная сила у женщин значительно отстает по сравнению с гибкостью и координацией. Вначале возникает опасность перегрузки четырехглавых мышц бедра, тазобедренного сустава и ягодичных мышц слишком большим количеством полных выпадов. Могут возникнуть болезненные явления в указанных мышцах и суставе. Практика показывает, что этого можно избежать, если не форсировать длину выпада и не допускать излишнего проваливания таза вниз. Более правильно начинать работу над техникой выпадов с легких, укороченных движений и только после налаживания хорошей координации и подготовки мышц к выполнению выпада переходить к удлинению и убыстрению движений.

При работе с женщинами нужно учитывать наличие оварийно-менструального цикла, когда в женском организме происходят функциональные изменения, влияющие на состояние психики и работоспособность. В каждом отдельном случае нужен индивидуальный подход, учитывая данные гинекологического контроля и субъективные ощущения фехтовальщиц. Наблюдения и врачебные данные говорят, что здоровые спортсменки, не имеющие отклонений в половой сфере, могут продолжать занятия с обязательным уменьшением длительности и интенсивности и с исключением напряженных движений (длинные и быстрые выпады, атаки со скачком и т. п.). В этот период более всего уместны легкие упражнения для совершенствования управления оружием, главным образом в оборонительных действиях. Бои и соревнования следует исключить и при каких-либо отклонениях в этом периоде занятия нужно прекратить и обратиться к врачу за консультацией и помощью.

В этом периоде женщины часто бывают раздражительны и ощущают некоторую подавленность. В связи с этим следует облегчать условия тренировки постановкой заданий, в которых фехтовальщица чувствует наибольшую уверенность и свободу.

В период беременности тренированные спортсменки с хорошим здоровьем могут продолжать занятия при непереносимости консультации врача и соблюдении всех мер осторожности, которая особенно нужна в первый период (до 3—4-х месяцев), связанный с резким изменением общего состояния. При занятиях фехтованием допустима легкая тренировка в технике без резких движений, например длинные выпады и удары пяткой об пол. Здесь более всего приемлемы легкие индивидуальные уроки у тренера и взаимные уроки с небольшими передвижениями. При каких-либо болезненных отклонениях занятия следует сразу прекращать. Возобновлять занятия после родов можно по прошествии примерно 3 месяцев и то с разрешения врача.

Учитывая особенности женского организма, необходимо иметь специальные лифы или жесткие бюстгалтеры для предохранения груди от болезненных уколов и ударов, которые могут нанести серьезный вред здоровью фехтовальщицы.

Принимая во внимание особенности в развитии и строении организма юношей, девушек и женщин, они должны подвергаться врачебному контролю чаще, чем взрослые мужчины: юноши и девушки младшего возраста не менее четырех раз в год, и обязательно в начале и в конце тренировочного года, и два раза по специальному назначению врача и тренера.

При малейшем отклонении в состоянии здоровья занятия должны быть немедленно прекращены до осмотра и разрешения врача.

В ряде случаев такие отклонения имеют внешние проявления и могут быть замечены тренером: побледнение, излишняя потливость, быстрое утомление, раздражительность и пр. При этом нужно выяснить и другие причины, которые могли вызвать недомогание: нарушение режима сна и питания, домашние условия, утомление в школе, от занятий другими видами спорта и пр.

Тренер должен быть особенно внимателен в работе с молодыми фехтовальщиками и ощущать огромную ответственность за развитие и здоровье молодых граждан, достойных своими спортивными успехами множить успехи и авторитет нашей великой Родины.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие

Глава I. Фехтование в советской системе физического воспитания

Значение и место фехтования в советской системе физического воспитания

Фехтование как научно-педагогическая практическая дисциплина

Виды фехтования, спортивная классификация, соревнования

Руководство и организация работы

Подготовка специалистов

Глава II. Краткие сведения из истории фехтования

Фехтование в древности

Фехтование в средние века

Фехтование в новое время

Современное фехтование за рубежом

Фехтование в дореволюционной России

Фехтование в Советском Союзе

Глава III. Терминология и классификация в фехтовании

Фехтовальные понятия и термины

Классификация фехтования, фехтовальных действий и приемов

Глава IV. Фехтование на рапирах

Электрифицированная рапира

Держание рапиры

Предварительные положения и приветствие

Боевая стойка

Передвижения

Фехтовальные сектора поражаемого пространства

Дистанция

Позиции и их перемены

Соединения и их перемены

Показ укола

Уколы

Простые действия нападения и обороны

Атаки

Контратаки

Повторные атаки

Сдвоенные уколы (ремизы)

Ответные атаки

Защиты (парады)

- Ответы
- Сложные действия нападения и обороны
 - Сложные атаки
 - Сложные защиты
- Глава V. Фехтование на саблях
 - Сабля и ее держание
 - Предварительные положения и приветствие
 - Боевая стойка
 - Передвижения, выпад, бросок
 - Позиции и соединения
 - Удары
 - Уколы
- Простые действия нападения и обороны
 - Атаки
 - Контратаки
 - Повторные атаки
 - Ложные атаки
 - Защиты
 - Ответы
 - Сдвоенные удары (ремизы)
 - Сложные действия нападения и обороны
- Сложные атаки
 - Сложные защиты
 - Сложные ответы
- Глава VI. Фехтование на шпагах
 - Шпага и ее держание
 - Предварительные положения и приветствие боевая стойка и передвижения в ней
 - Позиции и соединения
 - Уколы
- Простые действия нападения и обороны
 - Атаки
 - Контратаки
 - Повторные атаки
 - Сдвоенные уколы
 - Встречные атаки
 - Защиты
 - Ответы
- Сложные действия нападения и обороны
 - Сложные атаки
- Глава VII. Фехтование на карабинах с эластичным штыком
 - Карабин с эластичным штыком
 - Предварительные положения и приветствие
 - Боевая стойка и передвижения
 - Позиции, соединения и их перемены
 - Уколы
- Простые действия нападения и обороны
 - Атаки
 - Повторные атаки
 - Контратаки
 - Ответные атаки
 - Защиты
 - Ответы и особенности защит от них
- Сложные действия нападения и обороны
 - Сложные атаки
 - Сложные защиты
 - Сложные ответы
- Глава VIII. Тактика фехтования
 - Взаимосвязь тактики с техникой
 - Тактические основы боя
 - Тактическое мышление фехтовальщика
 - Объекты тактического осмысливания
 - Боевые действия фехтовальщика
 - Тактические типы фехтовальщиков
 - Тактические рекомендации и частные положения тактики
- Глава IX. Методика обучения и тренировки фехтовальщика

Методика обучения
Методика тренировки
Тактическая подготовка
Организация и планирование учебно-тренировочной работы
Особенности проведения занятий с фехтовальщиками юношеского возраста
Особенности учебно-тренировочной работы с женщинами

Фехтование

Редактор П. А. Кудряшова
Художественный редактор В. Г. Петухов
Переплет художника Е. В. Терехова
Технический редактор М. П. Манина
Корректоры: А. Ю. Гринштейн, В. А. Гейшин

Изд. № 1582. Сдано в набор 4/VI 1959 г.
Подписано к печати 13/X 1959 г. Формат 60х92 1/16
Объем 15,25 бум. л., 30,5 печ. л., 29,68 уч. изд. л.,
38923 зн. в 1 п. л. А 08184. Заказ № 5645. Тираж 10000 экз.
Цена 8 р. 90 к.

Издательство «Физкультура и спорт»,
Москва, М. Гнезниковский пер., 3
Смоленск, типография имени Смирнова.